Jaén
PARAÍSO INTERIOR

GASTRONOMÍA Y OLEOTURISMO EN JAÉN

índice

Introducción pág. 4

Razones para comerse Jaén pág. 6

AOVE, EL ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA pág. 8

LA COCINA TRADICIONAL pág. 16

UNA DESPENSA PARA LLEVAR pág. 24

Cocina de Autor pág. 32

Tapeo. A bocados pequeños pág. 52

Vino entre olivos pág. 56

FIESTAS Y EVENTOS GASTRONÓMICOS pág. 60

Dónde comer en Jaén pág. 64

Artesanía y cocina pág. 68

Restaurante Casa Antonio

Restaurante Vandelvira

Los sabores que seducen al viajero

La gastronomía es el mejor aliño para aderezar de manera única todos los atractivos naturales, patrimoniales o culturales que sostienen la interesante oferta turística de la provincia de Jaén. El **aceite de oliva virgen extra** es el gran ingrediente, como son también otros productos de su despensa. El calendario se tiñe de experiencias con los **productores** como maestros de ceremonias. La **cultura del tapeo** o la creciente legión de **jóvenes cocineros** que brillan con éxito en la escena actual, se han convertido en reclamos indiscutibles. Cada municipio, cada rincón, tiene una especialidad, un referente culinario, un sabor especial. Todos estos son argumentos suficientes para que la provincia de Jaén sea atractiva para verla, recorrerla, exprimirla; pero también para saborearla.

El aceite de oliva es el actor principal en un mar de **66 millones de olivos** que –además de ser fuente de riqueza y de otorgar personalidad al territorio– se convierte en original escenario en el que jugar a **experiencias únicas bajo la etiqueta del oleoturismo.**

Este oro verde es el hilo conductor que aporta aún más sentido a un recetario que incorpora una despensa más amplia que brilla por su excelencia. Prueba de ello son los **sellos de calidad 'Jaén Selección' o 'Degusta Jaén'**, que ponen de manifiesto la riqueza de una alacena en la que no faltan quesos únicos en el mundo, el mejor aceite de oliva virgen extra, embutidos artesanos, conservas de altura, vinos con nombre propio que protagonizan experiencias en las bodegas donde se gestan, o dulces que traspasan fronteras.

La provincia es conocida por su magnífico tapeo, una cultura que va más allá y se convierte en vehículo de comunicación y en una forma de entender las relaciones. La **tapa** además ha crecido en dimensión, y alcanza el espacio de la **gastronomía en miniatura** más exigente gracias a la creciente inquietud de bares, tabernas y restaurantes que la dignifican y la convierten en ese gran atractivo que conmueve el paladar del viajero.

Jaén presume de cocineros cuyos nombres suenan más allá de la provincia. Estrellas Michelín o Soles Repsol, se han instalado en las fachadas de cada vez más espacios gastronómicos de nuestro paraíso. Son creadores de sorprendentes sabores que han llevado su pasión a lo más alto, que se mueven cómodamente entre los grandes del panorama nacional y que han hecho posible que cada vez más viajeros se emocionen al sentarse a las mesas de los restaurantes jienenses.

Rutas de tapas, **jornadas gastronómicas**, **fiestas temáticas**, **actividades** que fusionan la gastronomía con la cultura o **mercados** donde palpar y sentir la excelencia culinaria provincial ocupan cada vez más huecos en el calendario jienense y se convierten en **propuestas que conectan a la perfección con el patrimonio**, haciendo la visita a la provincia plena, original y exclusiva.

Es la hora. Estamos seguros de que ha llegado tu momento para venir, disfrutar y **saborear Jaén**.

RAZONES PARA COMERSE JAÉN

VENIR A JAÉN ES DISFRUTAR DE UNA COCINA QUE PARTE DE LA TRADICIÓN

y de la herencia de diferentes culturas, para dar lugar a una gastronomía propia. Una gastronomía cuyo hilo conductor es el aceite de oliva pero también sus productos de la tierra elaborados con mimo por grandes profesionales, sus vinos, su cocina en miniatura en forma de tapas y un mundo incontable de experiencias enogastronómicas y oleoturísticas. **Te invitamos a saborearlas**.

EL AOVE

Verde y fragante. Fruto obtenido de los **66 millones de olivos** que recorren Jaén. Aceite de oliva virgen extra que se convierte en el hilo conductor de gran parte del recetario jienense y que ostenta los primeros puestos del mercado internacional en cuanto a calidad y a singularidad. Cada campaña se desarrolla una cata-concurso en la que se eligen los **ocho mejores zumos de aceituna**, que ostentarán el sello **'Jaén Selección'**.

En el cielo de la gastronomía

La cocina y los cocineros jienenses han conseguido atraer la atención de la crítica y de los paladares más inquietos y exigentes, que llegan diariamente a la provincia para disfrutar de la especial manera de entender la gastronomía. Se dibuja así, una amplia red de establecimientos refrendada por las **mejores guías culinarias**, y donde destacan dos establecimientos con **estrellas Michelin**.

La gran aventura en el olivar

Jaén y el universo de su olivar es el mejor escenario para la práctica del **Oleoturismo**. Una oportunidad única para recorrer **paisajes singulares** que conforman un inmenso mar de olivos en el que se pueden visitar **almazaras**, **cortijos** y **museos**; hacer degustaciones y **catas**; vivir **fiestas temáticas**; disfrutar de **spas** con tratamientos de aceite; o saborear una rica gastronomía bañada con el mejor aceite de oliva virgen extra.

Plato estrella jienense

La **Pipirrana** surge como almuerzo de los agricultores en verano, y la base es un tomate rico en jugo, ajo, pimiento verde, huevo duro, y por supuesto, una emulsión de aceite de oliva virgen extra. Se le puede añadir también atún. Tradicionalmente se elabora en una fuente circular de madera de olivo que se llama **hortera** o **dornillo**.

La riqueza del tapeo

En Jaén no se sale de tapas. Se tapea, se liga o se echa la ligá. Una costumbre muy asentada, pues las bebidas en los bares y tabernas van acompañadas de **pequeños bocados gratuitos**.

Cada bar, taberna o mesón tiene una o varias tapas que lo definen. Algunos municipios cuentan con **rutas de la tapa** con una dilatada historia, como es el caso de **Linares**.

Cocinando lo próximo

Los platos de la cocina jienense proceden de lo cercano, de lo que se cría o procede de la tierra próxima. Ejemplos de ello son una **huerta** con productos de una calidad suprema; **embutidos** y **conservas** fruto de la necesidad de mantener para el futuro lo recolectado; o carnes singulares como el **cordero segureño fruto de la trashumancia**. La excelencia de esa oferta agroalimentaria viene refrendada por el sello de calidad **'Degusta Jaén'**, bajo cuyo paraguas están algunos de los productos más significativos.

El sabor del interior

Platos como el **ajoatao**, el **rinrán**; guisos como los **andrajos**; **gazpachos**; o escabeches y carnes conservadas en **orza** sostienen la **importancia del oro líquido en el recetario jienense**. Así sabe el paraíso interior jienense. Hasta tal punto está presente ese oro líquido, que un símbolo es el tradicional **almuerzo olivarero**, conocido como **"hoyo"**, y que consiste en un trozo de pan al que se le abre una hendidura que se empapa de aceite. Acompañado de aceitunas, rábano y bacalao en salazón, se convierte en un delicioso aperitivo.

Jaén, Tierra de vinos

Quizás sea una de sus propuestas agroalimentarias más desconocidas, pero sí, Jaén es también tierra de vinos. Especialmente valorados son los de las zonas de **Bailén**, **Torreperogil** o la **Sierra Sur**; además aparecen interesantes propuestas ecológicas en la **Sierra de Segura.** Muchos de estos viñedos y bodegas abren sus puertas para ofrecer a los curiosos una inolvidable **experiencia en torno a sus caldos**.

Un calendario para sentirlo

Fiestas y ferias, **mercados** agroalimentarios, **catas**, **degustaciones**, **exhibiciones** gastronómicas, **rutas de tapeo**, **'tardeos'** en cortijos, **conciertos** en una casería típica jienense, **jornadas gastronómicas** o programas que aglutinan estas y otras muchas propuestas. El calendario jienense se tiñe de diferentes **programas y eventos** que se disfrutan literalmente con los sentidos. Especialmente con el **olfato y el gusto**.

aove

ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA, EL ORO LÍQUIDO DE JAÉN

EL OLIVAR, EL OLIVO Y EL ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA FORMAN PARTE DE LA PROVINCIA DE JAÉN HASTA EL PUNTO DE CONVERTIRSE EN SU ESENCIA MISMA.

EL ACEITE DE OLIVA

Es para Jaén una fuente de riqueza económica; pero más allá de esa realidad, el cultivo de la aceituna y la elaboración de aceite definen las costumbres y la forma de ser de sus gentes.

20% MUNDIAL

LA RELEVANCIA DE LA PROVINCIA JIENENSE EN EL MUNDO DEL ACEITE DE OLIVA ES INDISCUTIBLE, PUES ELABORA EL **20% DE LA PRODUCCIÓN MUNDIAL** Y ES EL **PRINCIPAL PRODUCTOR A NIVEL NACIONAL.**

¿CÓMO ELEGIR EL MEJOR ACEITE?

Hay que buscar en la etiqueta la ***denominación 'Aceite de Oliva Virgen Extra' (AOVE)***, que hace referencia a la máxima categoría en cuanto a calidad. Es el que se obtiene directamente de aceitunas y solo mediante procedimientos mecánicos y sin exceder temperaturas por encima de 27º.

¿QUÉ DEBES SABER DEL ACEITE?

¿Qué define a un AOVE?

El virgen extra es el aceite de oliva de **mayor calidad** y de **cualidades irreprochables**, tanto analíticas como sensoriales. En nariz y en boca reproduce las sensaciones de las aceitunas de las que procede y mantiene todos sus atributos saludables y nutricionales. Es ingrediente fundamental en la **dieta mediterránea**, declarada **Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad**.

El color no es símbolo de calidad

Que un aceite sea más verde o tenga un tono más o menos dorado no tiene que tomarse como determinante de su calidad. Y es que el color lo que define es, por un lado la **variedad de aceituna** de la que se ha obtenido ese aceite y por otro, el estado de **maduración del fruto**; por lo que se pueden encontrar aceites desde verdes muy intensos a distintas tonalidades de dorados.

¿Tiene fecha de caducidad?

No, pero que con el paso del tiempo puede perder sus cualidades. Por eso la fecha que aparece en los envases es la de **'consumo preferente'**. La variedad **picual** es la **más resistente a la oxidación,** por su mayor contenido en polifenoles, que garantizan su estabilidad y conservación durante un largo tiempo.

ES EXCELENTE PARA COCINAR

En crudo expresa todo su potencial en boca y nariz, pero eso no significa que el aceite de oliva no sea adecuado para **cocinar**. Todo lo contrario, es una excelente opción pues además conserva todas sus características nutricionales y dietéticas. Su composición permite altas temperaturas sin sufrir degradación (hasta 180º), y **al mantener todas sus cualidades es muy recomendable para freír**, pues el producto no absorbe el aceite y se obtienen frituras más ligeras y digestivas.

Ideal como cosmético

El aceite de oliva aporta multitud de **beneficios para piel, cabello y rostro**. Son relevantes sus cualidades como hidratante, como protector de las células, actúa en bolsas e hinchazones, suaviza las cutículas de las uñas, restaura el brillo del pelo y lo fortalece; y además es un gran agente antienvejecimiento. Por estas razones, cada vez son más frecuentes los **tratamientos de olivaterapia** en balnearios, spas o centros de belleza.

*El reino de la Picual

Existen centenares de variedades de aceituna, pero **en la provincia de Jaén la predominante es la Picual**. Sus aceites de oliva virgen extra presentan una gran personalidad, con un aroma fresco, fragante y frutado. En su sabor predomina un ligero y agradable amargor con intenso gusto a la propia aceituna, un delicioso final en boca y un retrogusto prolongado.

Si bien la picual es la predominante, la provincia ofrece otras variedades singulares, como es el caso de la **Royal**, autóctona de la comarca de Cazorla, única en el mundo, y donde es relevante su sabor afrutado y suave, con aromas a almendra, manzana verde y plátano cuando se cosecha en verde. Otras variedades relevantes en la provincia son la **arbequina**, **frantoio**, **hojiblanca** o **carrasqueña**.

¿BUSCAMOS LA

AOVE

EXCELENCIA?

"La calidad como meta marca el día a día de los productores oleícolas jienenses"

Una realidad que se materializa en decenas y decenas de aceites de oliva virgen extra tempranos, producidos cuando la aceituna está aún verde, y que han supuesto la revolución en el mundo de los aceites de nobles cualidades.

JAÉN SELECCIÓN 2023

*El sello **'Jaén Selección'** es el **gran referente de los aceites de cosecha temprana**. Este distintivo sinónimo de máxima calidad fue creado en 2003 por la Diputación de Jaén. Engloba a **ocho excelentes aceites de oliva virgen extra** jienenses de cada cosecha, elegidos tras una exigente **cata-concurso**. Los 'Jaén Selección' son fiel reflejo del esfuerzo de los productores por comercializar AOVEs singulares y defender la **relevancia mundial de la provincia jienense en el sector oleícola**.*

ESTOS OCHO AOVES SON ADEMÁS PROTAGONISTAS EN DISTINTAS FERIAS, EVENTOS, ENCUENTROS O CATAS EN RESTAURANTES, DE MANERA QUE DURANTE TODO UN AÑO SON EL GRAN EJEMPLO DE ESA AUTOEXIGENCIA LATENTE EN EL SECTOR OLIVARERO JIENENSE.

Y si hablamos de eventos y calidad, el mes de noviembre suma una cita ineludible, la **Fiesta del Primer Aceite** –que cada año se celebra en un municipio distinto–. Además de por su atractivo **programa de actividades**, brilla por su gran **mercado** donde se exhiben los excelentes aceites tempranos de la campaña.

Un multitudinario desayuno olivarero

DURANTE LOS PRIMEROS DÍAS DE DICIEMBRE MARTOS ACOGE LA **FIESTA DE LA ACEITUNA**, DECLARADA DE **INTERÉS TURÍSTICO DE ANDALUCÍA**. ENTRE OTRAS ACTIVIDADES, SE DISFRUTA DE UN MULTITUDINARIO DESAYUNO OLIVARERO EN EL QUE SE REPARTEN MILES DE HOYOS (PAN, ACEITE, BACALAO Y ACEITUNAS)

CON *PERSONALIDAD* PROPIA

Jaén es la mayor productora de aceite del mundo. La cantidad se ve respaldada por su calidad y singularidad.

***Tres denominaciones de origen de aceite de oliva virgen extra** refrendan esta excelencia, ahondando en sus características diferenciales.*

1. *Los aceites de la* ***D.O.P Sierra de Cazorla*** se caracterizan por su frescura y por tener un amargor muy controlado. Destaca una parte concreta de su producción por ser de la variedad royal, endémica de la zona.

2. *En cuanto a la* ***D. O. P. la Sierra de Segura*** sus aceites destacan por su frutado y potentes matices organolépticos, en gran medida debido a que una extensión importante de su producción procede de olivar de montaña.

3. *En la* ***D. O. P. Sierra Mágina*** sus aceites son muy valorados por sus frutados de gran personalidad. Mención especial merece la sede de este organismo, de diseño vanguardista, y que alberga el Centro de Interpretación del Aceite de Sierra Mágina, donde se programan actividades para grupos, catas didácticas, visitas a olivares y almazaras o desayunos molineros.

IGP

LA ÚLTIMA GRAN VICTORIA PARA EL ORO LÍQUIDO JIENENSE HA SIDO EL LOGRAR LA CONCESIÓN DE LA ***INDICACIÓN GEOGRÁFICA PROTEGIDA, CON EL SELLO 'ACEITE DE JAÉN'.*** LAS MARCAS QUE OSTENTAN ESTE INDICATIVO ESTÁN AVALADAS POR SU CALIDAD DIFERENCIADA.

ACEITE de Jaén.
Indicación Geográfica Protegida

AOVE

VIVENCIAS EN EL BOSQUE HUMANIZADO MÁS GRANDE DEL MUNDO

JAÉN ES UN ESCENARIO TEÑIDO POR **66 MILLONES DE OLIVOS** AL QUE PUEDE ENTREGARSE EL VIAJERO PARA ACTUAR DE MANERA DIRECTA CON TODO LO QUE TIENE QUE VER CON LA **CULTURA DEL ACEITE**. Visitar museos donde conocer las curiosidades del mundo del olivar; asomarse a **miradores** desde los que enamorarse de la majestuosidad de ese **paisaje único** o palpar el cuidadoso **proceso de recolección** y la posterior **elaboración de aceites**.

OLEO TOUR JAÉN

Jaén cuenta con una amplia red de **almazaras y cortijos** en la que el viajero tiene opción de conocer de cerca todo el proceso productivo del aceite, acompañarlo de **catas, degustaciones gastronómicas**, e incluso llevarse a casa su propio aceite elaborado con la aceituna recogida con sus manos. Es también una oportunidad para participar en **talleres de cocina con AOVE** o visitar almazaras que incluyen **espacios gastronómicos** donde experimentar la realidad del aceite de oliva virgen extra a través de la cocina jienense con raíces.

Todo se complementa con otros recursos, como una red de tiendas especializadas u **oleotecas** donde encontrar productos elaborados con AOVE o los **restaurantes** afiliados a este sello turístico.

El turista también puede hospedarse en **alojamientos singulares** y relajarse con tratamientos corporales de **olivaterapia** o disfrutar de eventos donde la gastronomía y el fruto del olivo son los grandes protagonistas. Todos esos recursos, y la agenda de actividades que generan, convierten el mundo del aceite y del olivar en un camino plagado de **paradas insólitas y originales**.

Oleícola San Francisco

Museo de la Cultura del Olivo

Jugar con las Sensaciones!

Hay un paseo sugerente, sin límites, que se realiza sin dar un solo paso. Es la **cata**.

Es el vehículo perfecto para conocer las emociones que despiertan los aceites y el medio para ***descubrir su diversidad****. Durante el proceso se aprecian* ***todos los matices*** *presentes en un zumo de aceituna, que dependen a su vez de las distintas* ***variedades****, del punto de* ***madurez****, del* ***tipo de cultivo*** *o del terreno en el que se produce la aceituna.*

TOMATE, TOMATERA, MANZANA, ALMENDRA, HIERBA, HIGUERA, FRUTAS MADURAS, MADERA, ALCACHOFA, PLÁTANO, ASTRINGENCIA, AMARGOR, PICANTE, DULCE... ESAS SON ALGUNAS DE LAS SENSACIONES QUE DESPRENDEN EN PALADAR Y NARIZ LOS GRANDES ACEITES DE OLIVA VIRGEN EXTRA; Y DESCUBRIRLOS DURANTE LA CATA SE CONVIERTE EN UN JUEGO DELICIOSO Y ADICTIVO.

Oro Bailén

Picualia

Oro Bailén

Ver web OleotourJaén

CONOCE LA CULTURA *del Olivar*

La mejor manera de profundizar en ella, es conocer sus curiosidades y particularidades acercándose a la red de museos y centros de interpretación repartidos por todo el territorio jienense. En el ***Museo de la Cultura del Olivo (3)*** conocerás la forma tradicional de recolección y elaboración del AOVE, donde destaca su bodega conocida como La Catedral del Aceite (s. XIX). El **Museo Activo del Aceite de Oliva y la Sostenibilidad "Terra Oleum" (2)** en Mengíbar, ahonda de forma interactiva, en la difusión del conocimiento relacionado con el cultivo del olivo y la tecnología de la producción de los aceites de oliva. En el **Centro de Interpretación Olivar y Aceite en Úbeda (1)** encontrarás una intensa agenda de actividades que incluyen: degustaciones, conferencias, talleres gastronómicos o propuestas de oleoturismo.

1

2

3

EXPERIENCIAS

TOP

*DISFRUTA ENTRE OLIVOS

Tardeo entre olivos

Se trata de un evento recurrente organizado por **Aires de Jaén** (Finca Badene en Jabalquinto) para divulgar la cultura del aceite de oliva y el olivar. Se celebra en septiembre, como preámbulo al comienzo de la campaña de recolección, y suma cultura, gastronomía o arte, entre otros atractivos.

www.airesdejaen.com

Summer Food Experiences

Tierras de Jaén, en el cortijo Las Huertas de Huelma, acoge una emocionante cita en el mes de julio donde disfrutar de gastroexperiencias con catas inmersivas de aceites y vinos de Jaén, degustaciones gastronómicas, observaciones de estrellas o conciertos.

www.thuelma.es

*RUTAS POR EL UNIVERSO DEL AOVE

El **Centro de Interpretación 'Olivar y Aceite'** ofrece en el último trimestre del año un programa con cerca de una veintena de rutas que contemplan visitas a olivares y almazaras; observaciones del cielo nocturno combinadas con catas de aceite; visitas a olivos centenarios, talleres de cosméticos con aceite de oliva; degustaciones de tapas y de cervezas con aceite; experiencias en bodegas de vino entre otras.

www.centrodeolivaryaceite.com

*UN RESTAURANTE EN EL CORAZÓN DE UNA COOPERATIVA

El **restaurante Aureum**, en Bailén, presume de ser el único ubicado dentro de una cooperativa. En realidad Picualia concibe este proyecto como un espacio gastronómico dedicado al conocimiento, experimentación y divulgación de la cultura del aceite de oliva virgen extra y de la gastronomía vinculada a este excelente producto. La experiencia incluye catas de AOVE, visita guiada a la almazara y un delicioso menú degustación.

www.picualia.com/restaurante-aureum

COCINA TRADICIONAL
DE JAÉN

EL HILO CONDUCTOR DE UNA COCINA DIVERSA

Siendo la provincia de Jaén la **mayor productora de aceite de oliva del mundo**, éste no podría más que ser la **esencia de su recetario**.

Si hay una liturgia en las mesas jienenses que no puede faltar, esa es la de derramar sobre un plato **un buen chorro de AOVE** y mojar en él un trozo de pan. Sencilla y firme declaración de intenciones que define su relevancia.

Y es que el oro líquido es fundamental en la práctica totalidad de las elaboraciones de la cocina jienense. No solo en sus recetas más complejas, sino que su uso parte de la naturalidad, ante un **ingrediente cercano y omnipresente**. Desde el desayuno, con la tradicional tostada de pan con aceite (a la que se le añade o no tomate y algún que otro embutido o queso) a ese aperitivo tan sencillo como sabroso de pan con aceite, bacalao en salazón, rábano y habas crudas.

¿A QUÉ SABE EL PARAÍSO?

La cocina de Jaén está llena de influencias. La de las culturas que han vivido en ella (árabe, judía y cristiana); y su **carácter interior y fronterizo**, pues el roce con las provincias cercanas propicia que se compartan maneras de cocinar ciertas recetas. Aunque la gran influencia viene de su principal ingrediente: el **aceite de oliva virgen extra**, con el que comienza la elaboración de cualquiera de sus deliciosos platos.

LA PIPIRRANA LA ESTRELLA DE LA HUERTA

Las huertas han alumbrado grandes platos emblemáticos de la cocina jienense, muchos de ellos incluso gestados mientras se laboraba, justo en el escenario del que salían las materias primas. Y sin duda el **plato estrella de la huerta jienense es la pipirrana**.
Con la temporada del tomate, aunque en Jaén también se elaboran singulares gazpachos, la pipirrana gana protagonismo como plato del verano en la provincia. Sencilla pero rotunda, pues en su elaboración tradicional entran en juego el tomate, pimiento verde, ajo, huevo duro y aceite de oliva virgen extra.
Pero las **verduras y hortalizas** dan mucho más juego en el recetario jienense, con platos como la **alboronía**, de claras referencias árabes, y que podría definirse como una suerte de pisto donde la berenjena brilla e incorpora, frente a su referente manchego; calabaza, algo de harina y pimentón dulce, entre otros ingredientes.

También es destacable el uso en la cocina jienense de la **haba**, el **espárrago triguero**, **espinacas**, **collejas**, **alcachofas** o **alcauciles**.
De hecho, las **espinacas esparragás**, es otra de las recetas de referencia de la cocina jienense, una variante de revuelto, que además de huevo incorpora un majao de ñora, pan frito y ajos.

*LA **PATATA** es ingrediente de la cocina universal, y en la provincia jienense es base indiscutible en elaboraciones de las sierras de Cazorla o de la de Segura (con la patata de la Aldea de la Matea), con platos tan interesantes y sabrosos como el **rin rán** o el **ajoatao**, respectivamente; y en elaboraciones también muy populares como el **remojón de naranja** o las **papas al ajillo** o **patatas al oreganillo.***

LAS RECETAS DE TRIGO Y CUCHAREO

La harina y el pan eran de los pocos alimentos que no faltaban –aunque no apareciese en abundancia– en las épocas de carencias, por eso no es casualidad que parte del recetario tenga en estos nobles ingredientes su razón de ser.

Las ***migas*** de pan han pasado del campo a las casas y de las casas al campo, en un continuo ir y venir. Con las primeras lluvias y la bajada de las temperaturas se convierten en uno de los ***imprescindibles de las mesas jienenses***. Suelen acompañarse con chorizo, tocino, rábanos y pimientos verdes; pero tampoco son extrañas las que incluyen sardinas, melón o incluso chocolate.

Variante de la miga, y característica también de los municipios segureños, es la ***gachamiga***, realizada con harina y que incorpora patata. Los municipios cercanos a Despeñaperros también adoptan en ocasiones la versión manchega, realizada con harina de almortas y donde el pimentón cobra un gran protagonismo.

Entre los ***platos de cuchara*** destacan en el recetario de la provincia las ***judías con perdiz***, el ***potaje de vigilia*** (garbanzos, espinacas y bacalao), las ***habas legas*** o los ***andrajos*** –también conocidos como talarines o ***guiñapos***–. Este último, es un guiso que puede incluir indistintamente, bacalao, conejo, liebre, boquerones o almejas y al que se añade una fina masa de harina y una buena ración de yerbabuena.

Bacalao y la trucha

Los pescados "fetiche"

Como sucede en otros territorios de interior, el ***bacalao*** se convierte en el rey de los platos de pescado del recetario jienense. Se prepara de diversas formas, asado, con tomate, o a la baezana (con piñones, pimientos morrones y guisantes). Otro pescado protagonista, básico en los recetarios de las sierras jienenses, es la ***trucha***; pues sus ríos ofrecen muy buenos ejemplares, que se cocinan de diferentes maneras.

De la carne de monte

al cordero segureño

Los **embutidos y carnes de la matanza** son ingredientes que se incorporan a gran parte de los platos, aunque sin duda la singularidad de este apartado en el recetario jienense lo aportan las elaboraciones basadas en la **caza**.

Perdices (en escabeche o paté), **liebre** y **conejo**, **ciervo**, **jabalí** o **gamo** se incorporan a deliciosos y suculentos guisos, gracias a la relevante actividad cinegética de la provincia. Igualmente el **cordero**, especialmente el segureño, se suma a este catálogo de carnes nobles que no hay que perderse al sentarse a las mesas de la provincia. Y si cuenta la historia que la fideuá nació de un descuido al olvidarse el cocinero del arroz, algo similar sucedió con el **Pollo a la Secretaria**, plato tradicional de la cocina de la Alcalá la Real.

EL *Renacimiento* EN LA COCINA

Úbeda *es uno de los referentes del patrimonio renacentista jienense, y por eso no es casualidad que sea escenario de unas jornadas gastronómicas basadas en platos que se inspiran en esas recetas de la época.*

Diferentes restaurantes de la ciudad participan cada año en las **Jornadas Gastronómicas del Renacimiento**, que se desarrollan durante el primer trimestre del año. Cada uno de estos establecimientos confecciona un menú especial para la ocasión que se puede degustar en unas fechas determinadas. La actividad se complementa con **'Las meriendas del Renacimiento'**, que se desarrollan por las tardes en una serie de bares y cafeterías de la ciudad de Úbeda, que también preparan elaboraciones especiales, por lo general dulces, con las que rematar una intensa y agradable jornada gastronómica.

El culto a la matanza

Cofradías gastronómicas, empresas agroalimentarias, asociaciones culturales, bares y restaurantes son algunos de los colectivos implicados en la organización de la **Fiesta de la Matanza**, que anualmente se organiza en la localidad de **Valdepeñas de Jaén,** en la Sierra Sur, a finales de noviembre.

Degustaciones gastronómicas en torno a los productos de la matanza, una ruta de la tapa y de los dulces típicos de la zona, actividades culturales, música, desfiles o mercados, son algunos de las atractivos que convierten este fin de semana del penúltimo mes del año en una experiencia inolvidable.

LA **MORCİLLA** ES UNO DE LOS İNGREDİENTES QUE APORTA ESTA MATANZA, Y TAMBİÉN ES MUY RELEVANTE EN MUNİCİPİOS DE OTRAS COMARCAS JİENENSES. UNA DE SUS ELABORACİONES REPRESENTATİVAS DE LA PROVİNCİA ES LA **MORCİLLA DE CALDERA**, QUE UNTADA EN PAN O ENTRE DOS REBANADAS SE CONVİERTE EN UN BOCADO ÚNİCO.

Una oda a la sardina

La sardina está muy presente en la cultura culinaria jienense, y en el caso de la **capital** tiene un día grande, el 25 de noviembre, **festividad de Santa Catalina**.

Ese día, en el que procesiona la co-patrona de la ciudad de Jaén, los vecinos y curiosos suben al **Castillo de Santa Catalina** a disfrutar de un día de celebración en este cercano y hermoso entono natural. En los alrededores del Castillo y del cerro se instalan bares y cocinas improvisadas que ofrecen migas, arroces, diferentes chacinas, pinchos morunos y la gran protagonista de ese día: **la sardina asada en brasas o a la plancha**.

Saboreando la primavera de Frailes

La localidad de **Frailes** celebra la llegada de la primavera con su **Jornada Vinícola y Gastronómica**, una actividad muy especial en la que muestra sus productos típicos y artesanales en una gran fiesta que aúna cultura y gastronomía.

La oferta es amplia y diversa, incluyendo degustaciones de guisos, como la tradicional olla podrida; embutidos y dulces artesanos; junto con los ricos caldos de la zona. Una programación original que también incluye un gran mercado donde **conocer la excelencia y la variedad agroalimentaria de la zona**.

PARA ENDULZARSE

En el apartado dulce del recetario jienense destaca una repostería tradicional donde no faltan los **ochíos**, **tortas de azúcar**, **roscos fritos**, **gachas dulces**, **roscos de anís**, **tortas de aceite**, **pestiños** o el **hornazo** (variación del ochío, muy popular en la Semana Santa y que incorpora un huevo duro) . Es el reflejo de un **patrimonio repostero** que se ha mantenido en el tiempo, y donde también tienen mucho que decir hornos y obradores que han perpetuado estas ricas elaboraciones.

Conocer el mundo de las SETAS

Disfrutar de la naturaleza mientras se profundiza en el mundo de las setas, es otro de los contenidos de turismo activo que se ofrecen en la provincia vinculada con la gastronomía tradicional. Aprender a reconocerlas, cómo cosecharlas, cocinarlas o incluso degustarlas, son algunas de las propuestas a las que se puede acceder en diferentes entornos naturales de la provincia.

- MARMOLEJO

Ruta Micológica de Marmolejo

www.marmolejo.es

-PARQUE NATURAL DE DESPEÑAPERROS:

Fin de Semana Micológico

www.elmesondespeñaperros.es

- PARQUE NATURAL DE CAZORLA, SEGURA Y LAS VILLAS:

Jornada Micológica

www.aventurahernanpelea.com

Jornadas Micológicas en la Sierra de Segura (Centro de Ocio El Tranco)

www.tranco.es/actividades-especiales/jornadas-micologicas-sierra-segura

Jornadas Micológicas 'Villa de Siles'

www.silesmicologico.com

- EN LA PROVINCIA

Asociación Micológica Lactarius

www.lactarius.org/lactarius/

Los sabores de Segura a domicilio

La **despensa y el recetario de la Sierra de Segura** ofrecen una experiencia única que no hay que perderse. Cordero a la brasa o en caldereta, trucha ahumada, ajoatao, vinos... Aprovecha la oportunidad de disfrutarlos allí donde desees. Ya sea en la casa rural o en el alojamiento hotelero en el que te hospedas, tendrás la oportunidad de saborear esas ricas viandas y recetas preparadas con todo el buen hacer de la **tradición segureña.**

www.aventurahernanpelea.com

En torno al Jamón y productos de la Matanza

Las condiciones de la **Sierra de Segura** la han convertido en un espacio único para la curación de embutidos, y especialmente jamones. De ahí parte una experiencia gourmet que permite **visitar el secadero** y degustar este y otros muchos **productos tradicionales**.

www.cumbredepontones.com

www.ladespensadelberral.com

UNA DESPENSA PARA LLEVAR

Degusta Jaén®

Cada municipio, pueblo o aldea,

tiene una o varias especialidades que enriquecen este patrimonio agroalimentario, y se convierten en un atractivo o incluso en el perfecto souvenir que se lleva a casa el viajero.
Y es que sí. Los sabores de Jaén son mucho más que aceite. Muchísimo más.

La **despensa jienense** tiene en el aceite de oliva uno de sus pilares, pero no el único. La oferta agroalimentaria jienense es mucho más amplia y variada, y cuenta con productos igualmente sublimes, originales y únicos que **refuerzan la gastronomía y el recetario jienense**: verduras, hortalizas y frutas de sus huertas; una rica cesta de embutidos, chacinas y quesos; conservas; encurtidos y aperitivos; carnes, patés y preparados cárnicos; dulces, panes o repostería.

EL GRAN SELLO de calidad

Como reflejo y gran escaparate de esa riqueza agroalimentaria destaca el **sello de calidad 'Degusta Jaén'** que, impulsado por la **Diputación Provincial de Jaén**, incide en esa variada oferta de viandas jienenses. Bajo su paraguas lo proyecta, promociona y convierte en centro de atención de diferentes actividades y propuestas que son un reclamo interesante para ciudadanos y visitantes.

Más de **250 empresas** ostentan actualmente el distintivo 'Degusta Jaén', todas ellas **especializadas** en uno o varios productos pero con la particularidad de su excepcionalidad. Son varios **centenares de productores**, en muchos casos pequeños negocios familiares basados en la **tradición** y lo **artesanal**, que perpetúan ese carácter singular y diferenciador de la despensa jienense.

Cuando se consumen alimentos con este distintivo está asegurado el disfrute de un **producto gourmet**. Si además de esta certificación 'Degusta Jaén' ostenta otro sello de calidad, estamos ante un **'Etiqueta Negra'**; y si hay un aval de certificación ecológica entonces porta la **'Etiqueta Eco'**. Finalmente, se concede también una **'Etiqueta Oro'** a establecimientos de hostelería y de comercio minorista de alimentación que utilizan productos de la marca 'Degusta Jaén'

TRADICIÓN ACEITERA

Son numerosos los **aceites de oliva virgen extra** que produce esta provincia. Eso ya a nadie sorprende. Muchos de ellos son fruto de proyectos familiares, pequeños cultivos en los que han trabajado varias generaciones mimando sus olivares para ofrecer **la mayor excelencia.** Sus aceites de oliva virgen extra encierran historias muy bonitas, lo que le confieren un valor añadido muy especial.

LA GRAN ACEITUNA DE MESA

La **variedad cornezuelo** es única y exclusiva de la provincia de Jaén. Se trata de un fruto de tamaño grande, alargado y muy carnoso, que se ha convertido en la **aceituna de mesa** por antonomasia. No se suele ver todo el año, sino que es característica de los primeros meses de campaña. Es realmente deliciosa y quien la prueba por primera vez queda enamorado.

El paté más deseado

La **actividad cinegética** es muy importante en la provincia, por eso muchos de sus productos gourmet proceden de ella. Como es el caso del **paté de perdiz**, muy característico de la provincia jienense y con varias propuestas que se han convertido en auténticas delicatessen cada vez más conocidas fuera de las fronteras provinciales. Delicado, suave y delicioso, es sin duda una de esas propuestas de la despensa jienense que reúnen originalidad y excelencia.

PASIÓN POR LAS PATATILLAS

En Jaén la patata frita de aperitivo recibe un cariñoso nombre: las **patatillas**. Y no es para menos, pues no hay mesa o reunión que se precie en la que este producto no tenga siempre protagonismo. Solas o acompañadas de anchoas, boquerones en vinagre o con un pequeño toque de tabasco. La provincia puede presumir de contar con varias marcas con propuestas muy interesantes, donde la mejor patata **frita en un buen aceite de oliva** se convierte en una delicia. Son empresas familiares, con honda tradición y que atesoran recetas de antaño.

Saboreando el monte jienense

Fruto de las monterías y de la riqueza de sus montes, la cesta jienense presume de excelentes elaboraciones, preparadas según recetas artesanales de siempre, que permiten disfrutar de apetecibles guisos con ciervo o jabalí, lomo de orza o al romero.

EL AOVE
EN OTROS FORMATOS

La innovación también ha llegado al mundo del AOVE, de manera que hoy encontramos ese maravilloso fruto del olivo en otras presentaciones menos convencionales. Es el caso por ejemplo del **caviar de AOVE** (esferificaciones de aceite de oliva virgen extra) o los **dulces o mermeladas de aceite** (ideales para untar sobre pan tostado o para acompañar al queso). También es cada vez más frecuente verlo comercializado como ingrediente estrella de deliciosos **chocolates** o en forma de **cosméticos**.

a) *Caviar de Aove*
b) *Chocolate de Aove*
c) *Mermelada de Aove*
d) *Cosméticos elaborados con aove*

Tienda gourmet Paraíso Virgen Extra

Carne con denominación de origen

El cordero es sin duda una de las carnes estrella del recetario jienense, especialmente el de la **IGP Cordero Segureño**, que ofrece una carne de gran calidad fruto de una **trashumancia** que se mantiene y que se está promocionando para mantenerla viva en las zonas de la sierra.

Quesos y Besos

EL MEJOR QUESO DEL MUNDO

Todas las comarcas jienenses pueden sentirse orgullosas de sus maravillosos quesos. Predominan los elaborados con leche de cabra recién ordeñada y siguiendo procesos artesanales que han sobrevivido a lo largo de los años. La calidad de estos lácteos es sobresaliente, y prueba de ello, es que en 2021 una receta elaborada por la empresa Quesos y Besos de Sierra Morena, se alzó con el reconocimiento al Mejor Queso del Mundo.

El ochío de La Loma

Típico de la comarca de La Loma, y especialmente de los municipios de **Úbeda y Baeza, es el ochío salado**. Es un delicioso bollo tierno de aceite con pimentón, de pequeño tamaño, y que se rellena con diferentes ingredientes, aunque lo más generalizado es hacerlo con **morcilla en caldera**.

La excelencia de la huerta

La riqueza y variedad de la huerta jienense se convierte en razón de ser para importantes firmas de conservas. Destacan, por ejemplo, los **espárragos blancos de Bedmar**, que nada tienen que desmerecer a los archiconocidos navarros, o las **habitas baby**, de la zona de Alcaudete, que conservadas en aceite de oliva se han convertido en un producto de extremada calidad.

VERANOS DE CEREZAS Y BREVAS

Los frutales también son fiel reflejo de esa riqueza de la despensa jienense, especialmente con dos frutas muy significativas. Por un lado la cereza, cultivo muy importante en municipios como **Torres o Castillo de Locubín**, y que convierten a la provincia en la principal productora de Andalucía y la tercera del país. Igualmente relevante es la breva, que es recolectada en el municipio de **Jimena**, con un fruto de muchísima calidad.

Dulces con nombre propio

Los dulces y la repostería son igualmente relevantes, hasta el punto de que varios municipios cuentan con elaboraciones únicas y exclusivas que se han popularizado fuera de las fronteras provinciales. Es el caso del **Chachepó** de Linares, los **Virolos** de Baeza, los **Hojaldres** de Guarromán o los **mantecados** de Arjona, Alcaudete o Albanchez de Mágina, entre otros. Mención especial merece la **repostería conventual**, pues son numerosos los conventos repartidos por toda la provincia que siguen elaborando ricos dulces según recetas centenarias.

El pan de cada día

Ante la proliferación de los panes industriales, todavía son muchos los hornos y maestros jienenses que hoy en día mantienen las tradiciones y elaboran a diario ricos p**anes artesanos de masa madre**; en muchos casos reconocidos a nivel nacional en prestigiosos encuentros de expertos panaderos. Igualmente singular, y sobre todo en la zona de Andújar, es la elaboración de **regañás** con aceite de oliva, que acompañando a embutidos, chacinas y quesos, dan un toque muy especial al aperitivo.

Obrador La Panadería. Premiado con la Miga de Oro de Andalucía.

www.degustajaen.com

“experiencias Degusta Jaén”

Jornadas Gastronómicas Degusta Jaén

Las Jornadas Gastronómicas Degusta Jaén se celebran anualmente (en primavera) y dan cita a excelentes manifestaciones de la gastronomía en torno a los productos de esta marca. **Decenas de restaurantes** representantes de las distintas comarcas jiennenses elaboran **platos y menús** que están vigentes en sus cartas durante las fechas establecidas para esta iniciativa.

Mercados itinerantes

Los productos Degusta Jaén salen continuamente a la calle a través de una **red de mercados** que se desarrollan periódicamente en diferentes **municipios de la provincia** y en la que los productores tienen la posibilidad de participar, mostrar y vender sus productos sin necesidad de intermediación, directamente al consumidor.

Salón de la Alimentación y la Gastronomía

El Recinto Provincial de Ferias y Congresos de Jaén acoge cada dos años, por lo general en torno a la primavera, el Salón de la Alimentación y la Gastronomía Degusta en Jaén, un evento que organiza la Diputación Provincial con el objetivo de poner en valor y promocionar los innumerables **productos agroalimentarios amparados por el sello de calidad**, y hacerlo a través de un interesante programa. Decenas de expositores y multitud de actividades, principalmente relacionadas con la gastronomía, consiguen atraer durante varios días la atención de miles de visitantes.

Aventura entre abejas

Diferentes actividades promueven el conocimiento de la **apicultura** y de la **elaboración de la miel artesana**. Visitas guiadas, catas gourmet o incluso contacto directo con las abejas en sus colmenas, son algunas de las vivencias a las que se puede acceder.

PARQUE NATURAL DE CAZORLA, SEGURA Y LAS VILLAS
www.orodelyelmo.es
www.apisierra.com

PARQUE NATURAL DE ANDUJAR
www.mieldelazaro.es/apiturismo

PARQUE DE DESPEÑAPERROS
www.reinadelrumblar.com

VISITA UNAS SALINAS DE ORIGEN IBERO-ROMANO

Ecoturismo en el entorno de unas **salinas que mantienen la tradición ibero-romana** y que ofrece un amplio catálogo de actividades: catas sensoriales, visitas para conocer el proceso, paseos a caballo con desayuno salineros y talleres de elaboraciones de sal, entre otras.

www.salinasdondiego.com

FABRICA TUS PROPIOS QUESOS

Jaén produce excelentes quesos, algunos con reconocimientos internacionales, y el viajero puede acercarse a su elaboración artesanal, **participando en visitas guiadas, talleres y catas.**

www.quesosybesos.es
www.queserialavicaria.com

Un patrimonio culinario que se reinventa

La gastronomía jienense vive actualmente un momento dulce. Al buen hacer de esos restauradores de siempre –que han defendido una cocina honesta y basada en el **producto cercano y en el recetario autóctono**–, se suma ahora el empuje de jóvenes cocineros que, aún teniendo muy presente ese legado, **reinventan y actualizan** un universo culinario que parece no tener límites en sus manos.

Entre otros reconocimientos, la provincia suma dos **Estrellas Michelin**, varios **Soles Repsol** o etiquetas **Big Gourmand**. Son cocineros que se proyectan claramente desde sus raíces culinarias, a las que suman su bagaje, creatividad y pasión por lo que hacen. Plantean platos que en muchas ocasiones parten de las recetas de siempre para someterse en un giro que las convierte en propuestas aún más sugerentes.

PEDRO SÁNCHEZ

Restaurante Bagá / Jaén

1 Estrella Michelín y 2 soles repsol

Receta "QUISQUILLAS EN ESCABECHE DE PERDIZ"

Este plato, que tiene una ***técnica de incuestionable*** raíz en la tradición jienense, se ha convertido en uno de los imprescindibles de la cocina que elabora ***Pedro Sánchez*** en ***Bagá***.

La base es un ***escabeche***, pero en esta ocasión va más allá de su concepto original como conservante, para convertirse en una deliciosa y delicada ***sopa***.

Para su elaboración se preparan unas ***perdices*** en escabeche al ***estilo tradicional***. La carne se reserva para otras recetas y en este caso solamente se utiliza ese ***líquido*** resultante, que se emulsiona ligeramente con ***aceite de oliva virgen extra***, con naranja y limón. Este plato coge forma definitiva con un ***crustáceo***, concretamente con una ***quisquilla***, que combina perfectamente con el conjunto por su dulzor y aporte de grasa.

el local

El cocinero defiende la relevancia de los ***escabeches*** en la ***cocina jienense***, y destaca que en este caso es un punto en común con la cocina manchega, con la que se comparten similitudes en elaboraciones y técnicas –como el escabeche en cuestión–, o con esos morteruelos que en Jaén reciben el nombre de ajopringues.

De esta manera, los escabeches están muy presentes en la gastronomía jienense, no solo con aves, como el caso de la perdiz, sino también con pescados, como la ***caballa***, o incluso con los ***boquerones***, pues como recuerda Pedro Sánchez, era muy común antaño que los boquerones sobrantes de la fritura del almuerzo se escabecharan para consumirlos posteriormente sin que se deteriorasen.

JUAN ACEITUNO
Restaurante Dama Juana /Jaén

1 Estrella Michelín y 1 Sol Repsol

Receta
"MARISCO DE POBRES Y GAZPACHO DE RICOS"

El gazpacho es uno de los ***platos*** representativos de la ***gastronomía jienense,*** y en esta receta Juan Aceituno reivindica su relevancia, contrastándolo con el ***marisco***, que en su opinión es ahora más accesible que antes y en cambio los ***gazpachos*** –siendo platos 'humildes'– a veces son más difíciles de encontrar.

El ***cocinero de Dama Juana*** señala que este plato es un homenaje a su tierra, Jaén; y concretamente a sus orígenes, la ***Sierra Sur***. Así recuerda como tradicionalmente existía una norma –verbal, no escrita– o incluso podría decirse que moral, por la cual en el campo el patrón acostumbraba a refrescar a sus jornaleros con un gazpacho que se servía en ***dornillo*** (recipiente de madera de olivo típico de Jaén). Ese gazpacho servía como refrigerio para los jornaleros, que posteriormente almorzaban las viandas que traían de casa.

elaboración

Por esta razón Aceituno defiende que el ***gazpacho*** es santo y seña de la ***cocina jienense***, pues se basa en el agua, el aceite de oliva y en los productos de su ***huerta***. De ahí este homenaje a un plato humilde, que lleva en su carta desde los inicios de Dama Juana.

La elaboración se compone de dos partes: un marisco, en este caso una quisquilla, que se sirve marinada con un aove picante y napada con una crema de lechuga y como acompañamiento, pepino y huevas de trucha a modo de salazón.

el local

COCINA DE AUTOR

JUAN PABLO GÁMEZ

Restaurante Los Sentidos / Linares

Big Gourmand Guía Michelín y 1 Sol Repsol

*Receta

"PIPIRRANA JIENENSE CON TRUCHA DE CAZORLA"

La ***pipirrana***, una receta tan emblemática de la provincia jienense, y la ***trucha de Cazorla***, concretamente de Aguasmulas, se dan la mano en este plato que es todo un emblema para ***Los Sentidos***, y que le ha traído varios premios.

Por un lado se hace un ***agua de pipirrana*** con tomate maduro, pimiento rojo, pimiento verde, ajo, cebolla, comino, pimienta blanca y sal. Se pica todas la verduras y se incorporan a un bol con ***vinagre de jerez*** y ***aceite de oliva virgen extra picual***. Se deja macerar durante ocho horas, y seguidamente se traslada la mezcla a una gasa para filtrar el agua de las verduras y obtener un ***caldo transparente*** con el sabor de la pipirrana. Rectificar de sal, pimienta y comino. Templamos parte de ese caldo y añadimos ***hojas de gelatina*** previamente hidratadas (3 hojas x litro). Reservar en la nevera.

*el local

Para la ***trucha***, se separan los lomos y se limpian de piel y espinas. Untar la trucha en ***azúcar moreno oscuro ecológico*** y cubrir con sal gruesa (12 horas para lomos de 2,5 kg.). Pasado ese tiempo, se limpia la sal y se cubre la trucha con ***AOVE*** de la variedad ***arbequina***. Dejar macerar durante un mínimo de seis horas.

La siguiente elaboración es una cebolla morada, que se corta en finas rodajas y se pone en un bol con sal y zumo de lima. Encurtir durante unos diez minutos, escurrir y reservar.

A continuación se realiza una ***picada de verduras*** con cebolla blanca, pimiento verde, pimiento rojo, cebolla morada y se le añade AOVE picual, vinagre de Jerez y sal.

Finalmente se realiza un aire con un ***licuado de pepinos*** al que se le añade ***lecitina de soja*** (25 gr. por litro), se deja reposar y se emulsiona para obtener el volumen y textura deseada.

A la hora de emplatar, se dispone la picada de verdura, un poco del caldo de pipirrana, y trozos de gelatina. Se coloca la trucha encima, y se termina con el aire de pepino.

MONTSE DE LA TORRE
Restaurante Cantina de la Estación (Úbeda)

Big Gourmand Guía Michelin, Recomendado Michelín y Recomendado Guía Repsol

Receta

"BACALAO, PISTO DULCE CASERO Y SABANITA DE TOCINO IBÉRICO"

El ***bacalao*** es uno de los pescados omnipresentes en el ***recetario jienense***, y en este caso la cocinera lo acompaña de un ***pisto***, otra de las elaboraciones con ingredientes de la huerta características del patrimonio culinario de la ***provincia***.

Para elaborar el pisto se pelan, cortan y despepitan los ***tomates*** (se pueden escaldar previamente para eliminar la piel más fácilmente). Se sofríe en un poquito de ***AOVE***, y se le añade un par de cucharadas de azúcar y sal. Por otro lado se cortan los ***pimientos*** en dados pequeños y se añaden al tomate. Se deja sofreír a fuego lento.

Por otro lado se corta una fina lámina de ***tocino ibérico*** y se reserva.

Se blanquean unas puntas de ***espárrago verde*** y se pasan rápidamente a agua con hielo para que no pierdan el color. Reservar.

Poner el bacalao en AOVE y meter en el horno durante cinco minutos a 160ºC.

A la hora de emplatar la receta se pone en la base del plato un poco del pisto dulce. Se saca el bacalao del ***aceite***, se seca con un papel secante y se coloca sobre la verdura. Sobre el bacalao, colocar los dos ***espárragos verdes***, la sabanita de tocino y un poco de ***mezclum vegetal*** para aportar frescor al plato.

Usar ingredientes de la huerta

COCINA DE AUTOR

JESÚS MORAL

Restaurante Taberna de Miguel / Bailén

1 Sol Repsol

Receta

"COLLEJAS, CREMOSO DE QUESO DE CABRA, MOJAMA Y ORÉGANO SILVESTRE"

La ***colleja*** es uno de esos productos que con el tiempo han encontrado su sitio. Ha pasado de ser una ***verdura*** conocida y cocinada ocasionalmente o en entornos muy concretos, a convertirse en una de las ***delicias verdes*** más demandadas del momento. En el acervo culinario jienense las collejas han tenido siempre su lugar, y en este caso J***esús Moral*** las acompaña de otro clásico de estos lares, el ***queso de cabra***.

En primer lugar se seleccionan brotes pequeños de collejas y se saltean con ***aceite de oliva***; para después aderezarlas con un poquito de sal y unas gotas de vinagre de Jerez.

Por otro lado, se prepara el ***cremoso***, para el que se selecciona un queso de cabra untuoso que se tritura junto a un poco de leche –también de cabra– y unas cucharadas de nata.

el local

toque maestro

A la hora de servirlo se colocan en el plato las collejas recién salteadas y se añade el cremoso de queso de cabra, que se calienta ligeramente sin que hierva (para que no pierda la untuosidad).

El plato se termina con unos toques de orégano silvestre y unos daditos de mojama, en clara referencia a la relevancia de los pescados en salazón en la cocina tradicional jienense.

JUAN CARLOS TRUJILLO

Restaurante Canela en Rama / Linares

Recomendado Michelín y 1 Sol Repsol

Receta.

"SOLOMILLO DE CERDO IBÉRICO CON PURÉ DE CHIRIVÍA Y AOVE"

La técnica de la ***carne en orza*** es una constante en la gastronomía jienense. Un ***tradicional método*** de conservación y elaboración para las carnes de la ***matanza*** o de ***monte*** que el cocinero de Canela en Rama replantea para dar un paso más, aunque manteniendo el característico sabor de esta receta.

Para su elaboración emplea ***solomillo de cerdo ibérico***, que se marca a la ***brasa***.

La salsa que acompaña esta carne se obtiene a partir de un jugo de carne que se aromatiza con todos los ***aliños tradicionales*** de la técnica de la orza (pimentón, tomillo, romero, ajo, comino, cáscara de naranja...).

Como ***guarnición***, opta por un ***puré de chirivía***, que se cuece en agua hirviendo y, posteriormente, se elabora un puré que se emulsiona con ***aceite de oliva virgen extra*** de romero. Salpimentar.

Para terminar, se pone sobre el plato el solomillo, se acompaña del puré y se cubre con la salsa.

marcar a la brasa

Trujillo destaca la relevancia de la ***carne en orza*** en toda la provincia, pues está presente en todos sus municipios; con más o menos variantes en cuanto a los aliños, pero con unas características generales que se mantienen en todas las elaboraciones.

RESTAURANTE CANELA EN RAMA

puré de chirivía

PEDRO BELTRÁN

Restaurante Casa Antonio / Jaén

Recomendado Michelín y 1 Sol Repsol

Receta "PATÉ DE ROPAVIEJA CON SUS CORTEZAS DE CERDO"

La ***cocina de aprovechamiento*** es el origen de innumerables recetas, y en el caso de Jaén no iba a ser diferente. En este caso, ***Pedro Beltrán*** se centra en la ***ropavieja***, ese plato que tradicionalmente surgía de los garbanzos sobrantes del cocido, a los que se les añadía al día siguiente un sofrito, pimentón, cebolla, etc. En Casa Antonio han actualizado la receta para convertirlo en un atractivo aperitivo a modo de paté que se unta sobre una corteza de cerdo, en lugar de la acostumbrada tosta de pan.

RESTAURANTE CASA ANTONIO

La elaboración parte de un cocido tradicional, que incluye los ***garbanzos*** –en remojo un día antes–, cebolla, zanahoria, hueso blanco, costilla y oreja de cerdo, tocino blanco y pollo. A continuación se prepara el ***sofrito*** con aceite, ajo, cebolla, tomate, sal, pimentón y comino. Beltrán incide en que esta última especia debe estar muy presente.

Cuando el ***sofrito*** está bien pochado se mezcla con los garbanzos, y a continuación se tritura la mezcla y se cuela para eliminar cualquier grumo. En mesa se añaden unas gotas de ***aceite de oliva virgen extra*** y se muele con un pimentero un poco de comino en grano. Para untar ese delicado paté su usan unas ***cortezas de cerdo***.

El cocinero de Casa Antonio resalta la vigencia de esta receta que ha sido una constante en todas las casas jienenses, donde el día después del cocido el menú obligado era esa ropavieja elaborada con cariño y que se convertía en un nuevo plato igual de relevante.

RESTAURANTE ALMOCADÉN

TOMÁS RUEDA

Restaurante Almocadén / Alcaudete

Recomendado Michelín y 1 Sol Repsol

el local

Receta

"PATATAS EN CALDILLO ORÉGANO"

Las ***Patatas al oreganillo*** es una receta muy popular en la Sierra Sur, un plato de esa interesante cocina de aprovechamiento, o como señala Tomás Rueda, casi "de supervivencia". En este caso se le da un giro planteando la receta original casi como una ***salsa*** que napa unas patatas a la sal.

Se sofríen unos ajos en ***AOVE***, cascar en esa sartén las patatas, y se añade un pozo de azafrán, orégano, y vinagre. Añadir un poco de caldo de pollo y dejar que se vaya cocinando. El objetivo es que la patata suelte el ***almidón*** y coja el sabor de los aliños para que se cree como una salsa.

Mientras se sigue cocinando, marcar una ***pechuguita de codorniz*** por los dos lados.

A continuación, se cocinan a la sal unas ***patatas mini***.

En el emplatado, se colocan las patatas mini, se cubren con esa sabrosa salsa de oreganillo y se dispone encima la pechuguita de codorniz y unas ***láminas de trufa***.

Lo más significativo de este plato es el potente y delicioso sabor de esa salsa basada en la receta original, y que demuestra la importancia en un recetario como el jienense de un producto tan humilde como la patata, que pasa a convertirse en una materia prima cargada de protagonismo y relevancia.

La Capital y su Gastronomía más creativa

*Las particularidades de la capital jienense en materia culinaria son las que avalan la pretensión de la **candidatura de Jaén como Ciudad Creativa de la Unesco en el capítulo de Gastronomía**, un proyecto en el que trabaja el Ayuntamiento de Jaén y que está respaldado por diferentes actividades que giran en torno a esta realidad.*

www.jaenciudadgastronomica.com

Kocinema

El Gorrión

Radis

Consentidos

El Obrador

Bagá

*De esta manera, la capital pone en valor el potencial de su **cultura culinaria**, donde la **tradición ligada al olivar** se encuentra en una permanente revisión de **vanguardia**. La ciudad defiende cómo muchas de sus fiestas están muy ligadas a una forma muy particular de entender la gastronomía; exhibe su oferta de **establecimientos de restauración**, que es cada vez más original y exigente (con dos restaurantes con estrella Michelin); y proyecta su bien asentada **cultura de la tapa**, entre otros muchos argumentos.*

Paraíso Virgen Extra

La Casería de Jesús

*En el marco de esta candidatura se organizan diferentes actividades y acciones, como una **Noche de los Mercados**, premios a jóvenes chef, **programaciones** que aúnan cultura (especialmente cine, música o patrimonio) con la gastronomía.*

Dama Juana

Malak

Tapeo

A BOCADOS PEQUEÑOS

"¿Y de tapa? ¿qué va a tomar?" Esas son las palabras mágicas previas a degustar una de las referencias culinarias singulares de la provincia y una manifestación que otorga personalidad propia a la gastronomía jienense: la tapa.

1 INTERACTUAR

En Jaén se ha convertido en una auténtica cultura. Tapear es una forma de disfrutar de la gastronomía a pequeños bocados, pero también un modo de relacionarse y de interactuar con los demás.

El maño

Tan singular es esta tradición en la provincia que en Jaén no solo se tapea, sino que también se **'liga'** o se **'echa la ligá'**, términos muy extendidos por diferentes municipios y que denotan esa relevancia y personalidad propia de esta oferta gastronómica.

Hay establecimientos donde se da a elegir ese aperitivo que acompaña cada bebida, en otros casos es la cocina la que establece un orden. De una u otra manera, el viajero encuentra en el tapeo jienense una agradable experiencia.

Esta aventura pasa por ir de un local a otro, **buscar la particularidad** que hace auténtico cada establecimiento. Es degustar diferentes recetas mientras se respira el **ambiente** característico de cada taberna.

PREGUNTA POR LA LISTA DE TAPAS

2 VARIADAS, DE TEMPORADA Y CON NOMBRE PROPIO

Las tapas que se pueden degustar en los bares y tabernas jienenses son tan diversas como la propia provincia, como su recetario y como su despensa.

Y depende también mucho de la temporada. En los meses de **otoño** e invierno es más frecuente disfrutar de migas, arroces, guisos calientes... Con la llegada de la **primavera** y el verano cobran protagonismo los platos fríos, como las pipirranas, salpicones, salmorejos, gazpachos... Sin olvidar los embutidos y quesos jienenses que son a menudo un gran acompañante a la hora de tapear.

El aceite de oliva es ingrediente indispensable, como no podría ser de otra manera, y da sentido a una tapa muy generalizada, especialmente en los **meses de cosecha**, como es ese trozo de pan regado con buen aceite, acompañado de bacalao en salazón, aceitunas y rábano o habas crudas. Simple pero incuestionable.

Pero también hay tapas con nombre propio, típicas de un establecimiento en concreto o de una zona, como **'el recluta'** (bollito de pan frito relleno de tomate en rodajas y anchoas); **'violetes'** (una especie de escalope en miniatura relleno de carne picada y jamón), **'ochíos salados'** (bollos de aceite con pimentón, que se rellenan de mil y una maneras); **'colines'** (que es como se denomina en algunos municipios a las 'gambas con gabardina'); el **'lío'** (alcachofa en conserva, con anchoa y mahonesa). Popular sin duda en toda la provincia, y con gran relevancia en Andújar, es el **flamenquín**, un filete de carne que se envuelve sobre jamón, huevo duro, pimientos asados, ..., y termina empanado y frito. Se sirve en suculentas raciones.

El glosario de tapas jienenses genera un camino casi infinito, y hace salivar en cada paso del viaje

3 LINARES, CAPITAL JIENENSE DE LA TAPA

Tapear es una costumbre generalizada en la provincia de Jaén, pero en algunos municipios destaca de manera especial. Y sin duda, **la capital jienense del tapeo es Linares.**

Este municipio reescribe esta cultura culinaria con letras mayúsculas. Con devoción y buen hacer. Ha elevado el concepto de la tapa a un lugar de excepción, pues hoy por hoy **tradición y vanguardia se dan la mano**. Cada bar o taberna trabaja con cariño su propuesta para diferenciarse, y eso ha hecho cada vez más atractiva la oferta global del tapeo linarense.

Cualquier etapa del año es buen momento para disfrutar de la cocina en miniatura linarense, pero una escapada perfecta puede ser en los últimos días de noviembre y primeros de diciembre, cuando se celebra la **Ruta de la Tapa de Linares**, que ya suma cerca de dos décadas de historia.

En torno a una veintena de establecimientos diseñan una tapa especial para esta 'competición'. Se diseña un rutero para que los participantes lo adquieran y puedan ir sellándolo en cada establecimiento. El que termina el **rutero** o cumple un mínimo estipulado por la organización de la Ruta tiene acceso a diferentes obsequios. Por otro lado, un jurado valora a los diferentes establecimientos participantes y finalmente se conceden los **premios a las mejores propuestas**.

¿Suena o no apetecible?

LA MEJOR TAPA DE JAÉN

Anualmente se celebra en Jaén el **Concurso Nacional 'La mejor tapa de Jaén'** en la que se pone en valor la despensa jienense y el buen hacer de los restauradores. La gran final se celebra cada edición en un **enclave especial**, con un gran evento en el que los finalistas preparan en directo sus propuestas.

Y EN PRIMAVERA, CARACOLES EN CALDO

ENTRE EL FINAL DE LA PRIMAVERA Y LOS PRIMEROS COMPASES DEL VERANO LLEGA A LOS BARES DE JAÉN UN APERITIVO MUY CARACTERÍSTICO: LOS **CARACOLES EN CALDO**. AUNQUE LO NORMAL ES QUE ESTA DEGUSTACIÓN SÍ TENGA UN COSTE AÑADIDO, HAY MUNICIPIOS EN LOS QUE SE SIRVEN COMO TAPA, COMO ES EL CASO DE **LINARES**.

Durante la temporada, raro es el establecimiento que no sirve esta auténtica delicatessen. Se trata del caracol de tamaño pequeño, muy bien lavado y guisado en un caldo aderezado con múltiples especias donde el picante y la hierbabuena son protagonistas. Se sirven en ese propio caldo, pues una de las delicias de la receta es beber ese sabroso jugo.

Entre los establecimientos de cada municipio se establece una 'sana competencia' por servir los mejores caracoles, lo que permite que la temporada se convierta en una agradable ruta para conocer las pequeñas variaciones a esta receta.

El Gorrión

Taberna Misa de 12

Ventanas by Montes

Pipirrana

¿Te vienes a tapear?

Un buen número de municipios jienenses celebra a lo largo del año rutas de la tapa, en las que diferentes establecimientos compiten por llevarse el reconocimiento a la mejor propuesta.

Rutas de TAPAS

Diferentes municipios de la provincia desarrollan a lo largo del año rutas con las que acercarse de una manera especial a la **tradición del tapeo.** Sin duda, son una excelente oportunidad para disfrutar de esta manifestación gastronómica tan especial. Conoce alguna de estas propuestas.

La **capital jienense** es escenario de varias rutas vinculadas a eventos o celebraciones. En enero, el Concurso de la Tapa **'Noche de San Antón'**, dentro de las Fiesta y Carrera Urbana Internacional de San Antón; y en septiembre, con el Concurso de la **'Tapa Jahenciana'**, vinculado a una noche en la que el patrimonio de la ciudad se abre a la ciudad.

1 **RUTA DE LA TAPA** de Villanueva del Arzobispo (febrero)

2

3 **RUTA DE LA TAPA** de los AOVEs de Martos (Enero)

4 **RUTA DE LA TAPA Y LA LIGÁ DE TORREPEROGIL** (mediados de abril)

5 **RUTA DE LA TAPA DE BEAS DE SEGURA** (mediados de julio)

6 **RUTA DE LA TAPA DE ÚBEDA** (mediados de julio)

7 **RUTA DE LA TAPA VILLA DE FRAILES** (primeras semanas de agosto)

8 **FIESTA DE LA TAPA MEDIEVAL EN ARJONILLA** (final de septiembre o primeros de octubre)

9 **RUTA DE LA TAPA "COSTALERO DE LA COLUMNA" EN ALCAUDETE** (final de octubre o primeros de noviembre)

10 **RUTA DE LA TAPA DE ARJONA** (mediados de noviembre, incluida dentro del programa Otoño cultural)

11 **RUTA DE LA TAPA DE PORCUNA** (mediados de octubre)

12 **RUTA DE LA TAPA FUENSANTA DE MARTOS** (primera quincena de noviembre)

13 **JORNADAS MICOLÓGICAS Y RUTA DE LA TAPA ORCERA** (mediados de noviembre)

14 **RUTA DE LA TAPA DE PEAL DEL BECERRO** (mediados de noviembre)

15 **RUTA DE LA MATANZA Y DE LOS DULCES TÍPICOS DE VALDEPEÑAS DE JAÉN** (a finales de noviembre incluida dentro de la Fiesta de la Matanza)

16 **JORNADAS DE COMIDA TRADICIONAL "CUCHARA Y PASO ATRÁS" DE BAEZA** (mes de noviembre"

17 **RUTA DE LA TAPA DE LINARES** (una de las decanas de la provincia y se celebra durante los últimos días de noviembre y primeros de diciembre)

18 **RUTA DE LA TAPA CASTILLERA EN CASTILLO DE LOCUBÍN** (mes de diciembre)

Vino entre OLIVOS

La **cultura del vino** no es ajena al territorio jienense, y es tan antigua como la del aceite de oliva. Históricamente ha estado muy presente y ha sido un cultivo que aunque no de manera masiva, sí ha convivido estrechamente con el olivar –muchas veces con vides que se plantaban entre las camadas de olivos–. **A día de hoy se pueden catar cerca de 60 vinos** –tintos, blancos, rosados o espumosos– elaborados en cerca de una decena de bodegas repartidas por distintas comarcas de la provincia de Jaén.

Tres Indicaciones Geográficas Protegidas (IGP) en la provincia, aseguran la calidad de sus caldos.

El mapa VITIVINÍCOLA de Jaén

IGP Bailén

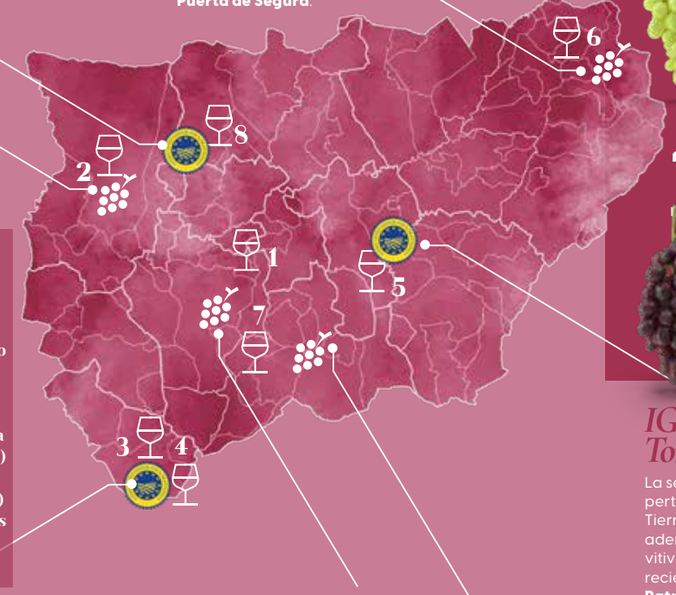
Con caldos en los que ha sido protagonista por tradición una variedad de uva: la molinera. La presencia de **'la molinera de Bailén'** está presente obligatoriamente en los caldos de esta IGP, por ser un ecotipo concreto de esa variedad. Se emplea tanto en la elaboración de vinos blancos, como en la composición con las demás uvas tintas para la elaboración de los tintos.

La Sierra de Segura

Brilla por una original y sorprendente actividad vinícola, donde un enólogo de reconocimiento internacional, **Pedro Olivares,** actúa como un alquimista desde rincones indómitos de la **Puerta de Segura**.

Andújar

Es el último reducto productor de **Sierra Morena**, que fue relevante en su tiempo en el mundo del vino. Entre las sorpresas que se pueden descubrir destacan por ejemplo algunos **caldos aromatizados con stevia ecológica**.



Bodegas visitables

1. Jaén de Vinos
2. Bodega Las Capellanías (Andújar)
3. Bodegas Marcelino Serrano (Alcalá la Real)
4. Bodegas Campoameno (Frailes)
5. Cooperativa Ntra. Sra. de la Misericordia (Torreperogil)
6. Bodegas Bio de Pedro Olivares (Puerta de Segura)
7. Bodega Casería Los Alfarjes
8. (Arbuniel – Cambil)
9. 8. Uvas de Bailén (Bailén)

Tres uvas, tres

AUNQUE HOY EN DÍA HAY OTRAS MUCHAS VARIEDADES QUE INTERVIENEN EN LA ELABORACIÓN DE LOS VINOS, HAY TRES QUE HAN SIDO ESPECIALMENTE CARACTERÍSTICAS EN EL TERRITORIO JIENENSE.

1. **Jaén Tinta o Jaén Negro**, de la familia de las Mencías y sin duda, una de las más significativas por estos lares.
2. La variedad **Jaén Blanca**, que alumbra en la Sierra Sur unos interesantes espumosos, cavas que se elaboran siguiendo el método Champenoise –dobles fermentaciones en botella– por el que se ha regido tradicionalmente la factura del champán.
3. **La Molinera** ha sido utilizada tradicionalmente en los vinos de la Tierra de Bailén. Se trata de una uva de mesa, con unos matices muy especiales, y que se queda en el envero (entre la tinta y la blanca).

IGP Torreperogil

La segunda IGP jienense pertenece a los vinos de la Tierra de **Torreperogil**, que además destaca por su cultura vitivinícola que ha sido incluida recientemente en el **Atlas del Patrimonio Inmaterial de Andalucía**, por el proceso de elaboración de sus caldos; pero también por aspectos etnográficos asociados al mismo y que se hacen visibles en la toponimia, en la arquitectura de la piedra seca que caracteriza sus espacios de producción y en sus tabernas.

IGP Sierra Sur de Jaén

Esta comarca acoge actualmente la mayor concentración de vid de la provincia, especialmente en términos como **Alcalá la Real**, **Frailes** o **Valdepeñas**. Se producen una amplia variedad de vinos: blancos, tintos, rosados, claretes; y entre sus propuestas más originales, unos espumosos muy interesantes. Sus bodegas desarrollan una interesante actividad enoturística.

Lopera

Ha sido reconocido tradicionalmente como el **'Pequeño Jerez',** por ciertas similitudes de sus vinos con las de esta región gaditana.

Sierra Mágina

Presume de vinos, y especialmente de unos ricos caldos que se gestan en el término de **Arbuniel (Cambil)**.

Actividades de Enoturismo

LOS VINOS JIENENSES SE PUEDEN DEGUSTAR EN LAS MESAS Y BARRAS DE RESTAURANTES Y BARES. PERO TAMBIÉN CADA VEZ MÁS EN LOS VIÑEDOS DONDE SE GESTAN, Y EN LAS BODEGAS DONDE LA UVA LLEGA A SU MÁXIMA EXPRESIÓN. PRODUCTORES Y EMPRESAS DESARROLLAN INTERESANTES ACTIVIDADES DE ENOTURISMO QUE PROFUNDIZAN EN LAS RAÍCES DE LA CULTURA VITIVINÍCOLA JIENENSE.

1. Jaén de Vinos

Espacio ubicado en la **capital** en el que se organizan y gestionan originales acciones de enoturismo. Ofrece el **'Taller de vinos de Jaén'**; actividades diversas de divulgación y formación para hosteleros; propuestas que fusionan el mundo del vino con la gastronomía; visitas a bodegas y viñedos; diálogos en torno al vino, entre otras actividades.

www.jaendevinos.com

2. Bodega Las Capellanías

ANDÚJAR

Ofrece atractivos **paseos por el viñedo** en el que se generan estos vinos andujareños y catas en la bodega. También se pueden organizar **visitas privadas** y actividades con **grupos reducidos**.

www.vinovitaca.com

3. Bodegas Marcelino Serrano

ALCALÁ LA REAL

Organiza visitas a su bodega y viñedos; además de **cursos de iniciación a la cata** de vinos. También propone disfrutar de **actividades gastronómicas**, con aperitivos del **sello Degusta Jaén**, el tradicional arroz caldoso como plato principal y degustaciones de dulces típicos.

www.marcelinoserrano.com

4. Bodegas Campoameno

FRAILES

Realiza **visitas a la bodega** en la que el visitante realiza todo el recorrido de la uva hasta la elaboración de los vinos. Concluye con una **cata-degustación** de algunos de los caldos que elaboran.

www.bodegascampoameno.es

5. Cooperativa Ntra. Sra. de la Misericordia

TORREPEROGIL

Esta cooperativa guarda la singularidad de que produce tanto **aceite de oliva como vino**, lo que la convierte en única en su género. Sus bodegas ofrecen visitas guiadas y catas.

www.cooperativalamisericordia.es

6. Bodegas Bio de Pedro Olivares

PUERTA DE SEGURA

Lleva a cabo visitas guiadas y catas en este hermoso rincón de la **Sierra de Segura**. Entre sus últimas iniciativas, destaca una **'Experiencia Gastroolfativa'** donde se combinan los vinos de la bodega y productos del secadero Cumbres de Pontones, organizada por Aventura Hernán Perea.

www.vinosbiopedrolivares.com

7. Bodega Casería Los Alfarjes

ARBUNIEL (Cambil)

Acoge periódicamente la actividad '**Vendimiadores por un día**', a través de la cual el visitante conoce los entresijos de la bodega, visita los viñedos para conocer cómo se cultiva la uva y presencia los diferentes procesos en bodega hasta que se elabora el vino. Finalmente, se cierra la experiencia con una **cata de sus vinos**.

8. Uvas de Bailén

BAILÉN

Este viñedo dedicado a la comercialización de uva de mesa –que era el uso originario que se le daba a la **variedad molinera**– ofrece actividades relacionadas con el conocimiento de la **historia de la vid**, gestión del **cultivo** y su ciclo vital, **degustaciones de uva y catas**.

www.uvasdebailen.es

EXPERIENCIA TOP

Y PARA LOS AMANTES DE LA CERVEZA

Los aficionados al mundo de la cerveza artesana tienen una visita obligada a la Sierra Sur para participar en una **visita guiada a la fábrica**, en **talleres de cata** o incluso en un menú maridado. También hay opciones con **alojamiento** y actividades gastronómicas y culturales.

www.tierradefrontera.es

Fiestas y eventos GASTRONÓMICOS

Jaén

1 FIESTA DEL *espárrago* DE BEDMAR

Este evento es muy significativo en este municipio jienense, pero también el proceso de **conserva y comercialización**, sirven de reclamo para una fiesta que aglutina además **diferentes atractivos**, como degustaciones, exhibiciones de cocina en vivo, actividades culturales, visitas a empresas conserveras y a entornos patrimoniales.

2 JORNADAS GASTRONÓMICAS DEL *Renacimiento* ÚBEDA

Las **Jornadas Gastronómicas del Renacimiento** traen a **Úbeda** una atractiva propuesta culinaria que parte del recetario originario de aquella época de esplendor para la ciudad, y que se desarrolla en los meses de enero a marzo. Varios restaurantes plantean **menús especiales** con esa **inspiración renacentista**. En los últimos años, bares y cafeterías se han sumado para ofrecer por las tardes **'Las meriendas del Renacimiento'**.

3 JORNADAS GASTRONÓMICAS *Degusta Jaén*

Degusta Jaén CALIDAD

Esta actividad suele celebrarse en el mes de marzo, y cuenta con la implicación de **decenas de restaurantes**, de las distintas comarcas de la provincia jienense, que elaboran platos y menús especiales en los que cobran especial relevancia los productos vinculados al sello de calidad **'Degusta Jaén'**.

4 FESTIVAL *Festival Rocinema*

El **Festival de Cine y Gastronomía de Jaén** fusiona estas dos manifestaciones culturales, como una de las actividades principales organizadas por el ayuntamiento de la capital dentro de su candidatura por conseguir ser **'Ciudad Creativa' de la UNESCO** en la categoría de gastronomía para el año 2023. Cine, música, conferencias y coloquios, catas o rutas de tapeo son algunos de los atractivos de esta propuesta que se disfruta durante varias jornadas del mes de mayo.

5 JORNADA *Vinícola y Gastronómica* DE FRAILES

Esta localidad de la Sierra Sur celebra en el mes de mayo una jornada que proyecta los **productos típicos y artesanales de Frailes**. Es una gran oportunidad para disfrutar de las degustaciones de guisos (como la tradicional olla podrida), embutidos o los dulces y vinos de la tierra.

6 FIESTA DE LA *Cereza* CASTILLO DE LOCUBÍN

La cereza de **Castillo de Locubín**, se ha convertido en protagonista de una fiesta que se celebra el segundo o tercer fin de semana del mes de junio. Tradicionalmente consistía en una jornada en la que se exhibían recetas elaboradas con este fruto, pero después de casi **cuatro décadas** la programación se desarrolla durante todo el fin de semana e incluye actividades diversas, como mercados y degustaciones de productos, exhibiciones de cocina en directo, un concurso de alta cocina dedicado a este ingrediente, y un sinfín de atractivos lúdicos, y culturales.

7

CICLO
Consentidos

El verano en Jaén acoge esta interesante y original propuesta que reúne bajo el mismo paraguas **música**, espacios singulares y una cuidada **gastronomía**. El misterio rodea además cada una de las citas, pues si bien el público tiene información sobre la actuación o espectáculo musical protagonista de cada jornada, **desconoce el rincón de la ciudad** en el que se celebrará. Además, al llegar allí descubre un agradable espacio donde disfruta de alguna **tapa o delicatessen gastronómica** previa a la celebración de la actuación.

8

NOCHE
Gastronómica de
TORREDONJIMENO

El Castillo de Torredonjimeno alberga todos los años, al final del verano, una interesante **velada gastronómica** con fines solidarios en la que los asistentes pueden degustar diferentes propuestas **elaboradas por un plantel de cocineros** elegidos exclusivamente para cada edición. La noche se tiñe así de atractivos gastronómicos y otras **propuestas lúdicas** que aportan contenidos añadidos a la iniciativa.

9

TOUR DE EXPERENCIAS RURALES Y GASTRONÓMICAS
CAMINOS DE PASIÓN
EN ALCALÁ LA REAL

La localidad de Alcalá la Real, en la Sierra Sur, es uno de los espacios que acoge algunas de las actividades organizadas dentro de este tour vinculado a los municipios de la red **'Caminos de Pasión'**. El viajero tiene la posibilidad de entrar en contacto con **productores y factorías locales agroalimentarias** relacionadas con productos como aceites, vinos, dulces o quesos, entre otros muchos.

10

CONCURSO DE LA
Gachamiga
ARROYO FRÍO, LA IRUELA

Este popular plato de la gastronomía de la zona se convierte en foco de una actividad cargada de **atractivos lúdicos**. Decenas de personas participan en este concurso en el que se decide cuál es **la mejor receta de gachamiga** presentada. Además, las distintas propuestas se muestran en mesas adornadas con otros productos y utensilios de la zona, hay exhibiciones de folclore, actividades en la naturaleza.

11

FIESTA DEL
Primer aceite

Si hay una oportunidad para conocer de cerca la singularidad y la calidad de los aceites jienenses de primera cosecha, es sin duda la **Fiesta del Primer Aceite**. Esta celebración que se organiza cada año en un municipio de la provincia es el gran escenario de los **AOVEs de cosecha temprana** de la campaña. La Fiesta del Primer Aceite ofrece al visitante un fin de semana plagado de sensaciones y sabores a través de los zumos de aceituna tempranos. Es una gran oportunidad para **degustarlos**, conocer su proceso de elaboración y visualizar las características concretas de los cultivos en los que se generan. Paralelamente, el visitante disfruta de los **reclamos turísticos** de la ciudad, rutas y visitas a entornos o monumentos, catas y exhibiciones gastronómicas, desayunos multitudinarios con esos aceites premium y actividades culturales, entre otros.

12

JORNADAS
Gastronómicas
DE TORREDELCAMPO

La localidad de Torredelcampo celebra a mediados del mes de noviembre unas **jornadas gastronómicas** que ya rozan su 20º aniversario. Diferentes restaurantes locales participan cada año en esta cita, que se desarrolla durante una semana, y ofrecen **menús diseñados** para la ocasión.

13

ROMERÍA DE
Santa Catalina
DE JAÉN

La capital jienense celebra en torno al 25 de noviembre la **Romería de Santa Catalina**. Ese día la costumbre es subir al cerro en el que se ubica el **Castillo de Jaén**, donde los actos religiosos y populares conviven con una propuesta culinaria en la que la **sardina asada a las brasas** es la gran protagonista. El entorno se llena de puestos y bares donde este pescado tan popular convive con arroces, migas, chacinas, pinchos morunos, entre otros.

14

FIESTA DE LA
Matanza
VALDEPEÑAS

A finales de noviembre se celebra en **Valdepeñas**, localidad de la Sierra Sur, esta fiesta que se centra en los **productos y el recetario del cerdo**. La programación, que se extiende durante varias jornadas, incluye degustaciones gastronómicas, una ruta de la tapa, actividades culturales o mercados.

JORNADAS DE
Cordero Segureño
EN SANTIAGO-PONTONES

15

El **cordero segureño** aporta a la ganadería jienense una de sus manifestaciones más emblemáticas, y por eso se está fomentando su actividad, basada aún en la **trashumancia**. Así, en noviembre se organizan en Santiago-Pontones estas Jornadas, en las que se profundiza en la realidad de esta tradición ganadera, y donde no faltan tampoco las **degustaciones de recetas** elaboradas con su deliciosa carne.

16

FIESTA DE LA
Aceituna
DE MARTOS

Tradicionalmente la campaña olivarera arrancaba en los primeros días de diciembre. Y es en estas fechas cuando en la localidad de Martos se celebra la **Fiesta de la Aceituna**, declarada de **Interés Turístico de Andalucía**. Se celebra desde hace 42 años y uno de sus actos más relevantes es el reparto de **miles de desayunos olivareros**, que incluyen el hoyo de pan con aceite, bacalao en salazón y aceitunas.

17

MUESTRA DE
Dulces conventuales
DE MARTOS

La rica **tradición repostera de los conventos** de la provincia, y también de otros puntos de Andalucía, se exhibe anualmente en **Martos**, en una cita que se desarrolla durante varias jornadas y en la que se exponen y venden todo tipo de **recetas** como borrachuelos, tejas, roscos de piñonate, tocinos de cielo, cocadas, huesos de santo, alfajores, trufas, mostachones, magdalenas, pastas, empanadillas de cabello de ángel o mazapán.

18

Las fiestas de la tapa

Decenas de municipios de la provincia celebran a lo largo del año diferentes **rutas de la tapa** en las que se proyecta la relevancia de esta cultura culinaria. Son recetas originales, de calidad, que llevan a su máxima expresión esta **costumbre gastronómica tan jienense**. (Consultar el calendario y la información sobre las distintas rutas en el apartado sobre el tapeo y la gastronomía a bocados pequeños).

Dónde comer en Jaén

OLEO TOUR JAÉN

Buceando en la cocina del AOVE más sublime

Los restaurantes que ostentan el sello OleotourJaén coinciden en su apuesta por una cocina donde comulgan el recetario tradicional y creaciones más vanguardistas elaboradas con los mejores aceites de oliva virgen extra que alumbra la provincia.

Restaurantes destacados en guías gastronómicas

Bagá

Reja de la Capila, 3. ***Jaén***
Tel. 953 047 450
www.bagagastronomico.com

Pedro Sánchez ofrece un menú degustación en constante movimiento, como nuestras huertas y mercados. restaurante tipo bistró, con contacto directo con la cocina y un aforo máximo de 10 comensales.

1 ESTRELLA MICHELÍN y 2 SOLES REPSOL

Dama Juana

Melchor Cobo Medina, 7. ***Jaén***
Tel. 953 006 454
www.damajuana.com

Juan Aceituno define su restaurante como una mezcla de gastronomía, sentimientos y recuerdos. Un lugar acogedor y de calidad con reminiscencia de la cocina de Valdepeñas de Jaén.

1 ESTRELLA MICHELÍN y 1 SOL REPSOL

Cantina la Estación

Cuesta de la Rodadera, 1. ***Úbeda***
Tel. 687 777 230
www.cantinalaestacion.com

Carta cuidada, menú degustación y guisos del día innovadores, basados en productos de la tierra.

BIB GOURMAND MICHELÍN, SELECCIÓN MICHELÍN Y RECOMENDADO GUÍA REPSOL

Los Sentidos

Doctor, 13. ***Linares***
Tel. 953 651 072
www.lossentidos.net

Uno de los grandes comedores de la alta cocina creativa de la mano de Juan Pablo Gámez. Premio internacional de cocina con aove Jaén Paraíso Interior.

BIB GOURMAND MICHELÍN Y SOL REPSOL

Almocadén

Carretera Fuensanta, 38. ***Alcaudete***
Tel. 953 560 555
www.almocaden.com

Cocina tradicional elaborada con personalidad propia. Zona de tapeo en barra, restaurante y terraza.

SELECCIÓN MICHELÍN y 1 SOL REPSOL

Canela en Rama

República Argentina, 12. ***Linares***
Tel. 953 602 532
www.canelaenramalinares.es

Fusión atrevida entre cocina andaluza y otras cocinas mundiales de la mano de Juan Carlos Trujillo. Premio internacional de cocina con aove Jaén Paraíso Interior.

SELECCIÓN MICHELÍN Y 1 SOL REPSOL

Casa Antonio

Fermín Palma, 3. ***Jaén***
Tel. 625 395 861
www.casantonio.es

Restaurante en el que degustar una amplia carta de platos inspirados en las tendencias culinarias más novedosas, sin perder de vista los orígenes de la cocina de la tierra.

SELECCIÓN MICHELÍN Y 1 SOL REPSOL

Yuma's

Avenida de Andalucía, 74. ***Jaén***
Tel. 953 228 273

Temporada y materias primas únicas para una carta que cambia con las estaciones. Cocina mediterránea tradicional y sencilla en un ambiente acogedor.

SELECCIÓN MICHELÍN

Malak

Plaza de la Constitución, local 11. ***Jaén***
Tel. 687 018 620
www.restaurantemalak.com

Cocina inspirada en la Sierra de Segura que transforma las recetas tradicionales en cocina de vanguardia.

SELECCIÓN MICHELÍN

MangasVerdes

Bernabé Soriano, 28. ***Jaén***
Tel. 953 089 495
www.mangasverdes.negocio.site.com

Una oferta gastronómica que usa productos locales y otros más exóticos y técnicas culinarias vanguardistas.

SELECCIÓN MICHELÍN

Bomborombillos

Pintor Carmelo Palomino, 12 ***Jaén***.
Tel. 691 941 918.

Cocina de autor muy trabajada con un buen conocimiento del producto. Es muy recomendable el menú degustación. Trato amable y muy cercano.

SELECCIÓN MICHELÍN

Juanito

Puche Pardo, 57. ***Baeza***
Tel. 953 740 040
www.juanitobaeza.com

Sus fogones desprenden aromas a estofados, adobos y escabeches. La mejor cocina tradicional basada en el uso del aceite de oliva. Postres artesanales de toda la vida.

RECOMENDADO GUÍA REPSOL

Restaurantes destacados en guías gastronómicas

El Pájaro

Portales Tundidores, 5. ***Baeza***
Tel. 953 744 348
www.tabernaelpajaro.com

Cocina de mercado en una taberna de joven historia, pero de viejas tradiciones. Muy recomendable para tapear.

RECOMENDADO GUÍA REPSOL

Mesón Leandro

Hoz, 3. ***Cazorla***
Tel. 953 720 632
www.mesonleandro.com

Situado junto a la Plaza de Santa María. Comedor rústico y terraza con platos de la comarca serrana. No faltan la caza mayor, guisos y truchas del guadalquivir.

RECOMENDADO GUÍA REPSOL

Támesis

Maestro Sapena, 9. ***Jaén***
Tel. 953 267 067
www.restaurantetamesis.es

Cuenta con más de 30 años de trayectoria. La cocina tradicional se fusiona con platos creativos y de vanguardia.

RECOMENDADO GUÍA REPSOL

Taberna de Miguel

María Bellido, 120 ***Bailén***
Tel. 615 415 028
www.tabernademiguel.com

Modernidad y promesa. Al frente de los fogones el cocinero revelación Madrid Fusión 2017.

1 SOL REPSOL

Antique

Real, 25. ***Úbeda***
Tel. 953 757 618
www.restauranteantique.es

En el corazón de la ciudad Patrimonio Mundial. Amplia carta de aoves que realzan la sabrosa carta.

RECOMENDADO GUÍA REPSOL

Arya

Plaza de López Almagro, 1. ***Úbeda***
Tel. 672 120 075

Una carta original y variada. Cocina joven y atrevida que mezcla influencias asiáticas con propuestas más tradicionales apegadas a la temporada.

RECOMENDADO GUÍA REPSOL

MÁS establecimientos *donde disfrutar* de una *buena cocina*

Restaurante Juanito

ALCALÁ LA REAL

Rincón de Pepe

Fernando el Católico, 17.
Alcalá la Real Tel. 699 249 659

Años de experiencia abalan este bar-restaurante, pequeño y acogedor. Está especializado en cocina tradicional mediterránea, vinos y tapas.

BAEZA

La Clave

Alcalde Puche Pardo, 9. ***Baeza***
Tel. 695 513 394
www.laclavemusicbar.es

Sabores eclécticos, originales, con una presentación excepcional. Deliciosos postres de elaboración casera.

La Pintada *(Hotel Puerta de la Luna)*

Canónigo Melgares Raya, 7. ***Baeza***
Tel. 953 747 019
www.hotelpuertadelaluna.com

Toques de inquietud y sofisticación en una carta de tono cosmopolita inspirada en sabores clásicos.

La Barbería

Conde Romanones, 11. ***Baeza***
Tel. 671 078 509
www.labarberiabaeza.es

Ubicado en el casco histórico, ofrece comida casera, barbacoa y gran variedad de cervezas, vinos y vermuts. Dispone de patio interior y cantina.

BAILÉN

Mesón Sebastián

Av. de Andújar, Pl.Ángel Romero. ***Bailén***
Tel. 652 620 381
www.mesonsebastian.es

Cocina tradicional preparada con los mejores aoves del norte de Jaén. Especialistas en brasa. Gran carta de vinos.

Restaurante Aureum

Autovía A-4, km. 298, salida 299.
El Burguillo, Bailén
Tel. 623 30 39 93
www.picualia.com/restaurante-aureum

Espacio gastronómico para la experimentación de la cultura del aceite de oliva virgen extra. Primer restaurante de España ubicado en una cooperativa oleícola.

BEDMAR

Restaurante El Adelfal

Sendero Adelfal de Cuadros. ***Bedmar***
Tel. 661 607 938
www.restauranteadelfal.com

En pleno adelfal de Bedmar ofrece una fusión especial de sabores de la huerta, del mar y carnes a la brasa.

BURUNCHEL (LA IRUELA)

El Curro *(Hotel)*

Carretera de la Sierra, 32,
Burunchel (***La Iruela)***
Tel. 953 727 311
www.hotelelcurro.es

Ambiente cálido y acogedor donde experimentar la fusión entre la gastronomía serrana más arraigada y tradicional y la cocina de autor más sofisticada.

CABRA DEL SANTO CRISTO

Casa Herminia

Moya, 12. ***Cabra del Santo Cristo***
Tel. 953 397 135 / 953 397 506
www.casaherminia.com

En el corazón del Parque Natural Sierra Mágina. Una cocina que fusiona la tradición y la vanguardia, regada con los mejores aoves de la zona.

CAZORLA

Casa Alfonso X

Placeta Consuelo Mendieta, 2.
Cazorla Tel. 953 721 463
www.casalfonso.es

En el centro de Cazorla, sorprende en lo gastronómico, pues ofrece una amplia carta de base tradicional con platos actualizados, tanto de caza como de temporada.

Lusco

Nubla, 33. ***Cazorla***
Tel. 953 721 350
www.luscotaberna.com

Ofrece una visión distinta de la cocina serrana: recetas tradicionales con sabores y texturas sorprendentes. impagables vistas del Castillo de la Yedra.

Macorina

Plaza Corredera, 2, ***Cazorla***
Tel. 682 842 256
www.lamacorina.es

Variedad de deliciosos sabores. Este bar-restaurante ofrece especialidades culinarias de fusión asiática en el centro del encantador pueblo de Cazorla.

Parador de Turismo de Cazorla

Ctra. de la Sierra, s/n. ***Cazorla***
Tel. 953 727 075
www.paradores.es/es/parador-de-cazorla

Ubicado en el corazón del Parque Natural Sierras de Cazorla, Segura y las Villas, el restaurante es un lugar acogedor especializado en cocina tradicional y de caza.

Noches de Ronda (Hotel)

Magistrado Ruiz Rico, 3 ***Cazorla***
Tel. 639 789 955
www.nochederonda.es

Un concepto gastronómico especial para alegrar los paladares. Ubicado a las puertas de la Sierra de Cazorla.

HORNOS DE SEGURA

El Tranco

Ctra. A-319, km. 75
Hornos de Segura Tel. 953 002 276
www.tranco.es/restaurante

Con unas bellas vistas del Embalse del Tranco, el restaurante ofrece comida típica evolucionada de la Sierra de Segura. Gran variedad de vinos de la zona.

JAÉN

Bahía

Plaza San Roque, 1. ***Jaén***
Tel. 953 251 450
www.restaurantebahiajaen.com

Un clásico de la cocina de la cocina de pescado y marisco de mercado, aderezada con aoves de primera calidad. Cocina casera con toques inquietos.

MÁS establecimientos *donde disfrutar* de una *buena cocina*

Casa Herminia

Centro de Convenciones. Ctra. de Granada s/n ***Jaén***
Tel. 953 263 561 / 635 574 485
www.casaherminia.com

La cocina tradicional se fusiona con los platos más modernos e innovadores. Su ubicación en Ifeja lo hace ideal para celebraciones y eventos de todo tipo.

Taberna Don Sancho I y II

Avenida de Andalucía, 17 y 64. ***Jaén***
Tel. 953 275 121

Tradición y autenticidad en una carta inspirada en recetas de toda la vida donde no falta el aove como base. Bodega de primeras marcas.

Parador de Turismo de Jaén

Castillo de Santa Catalina. ***Jaén***
Tel. 953 230 000
www.paradores.es/es/parador-de-jaen

Impresionante salón situado en un castillo medieval. La cocina de Jaén, muy sabrosa, variada y extremadamente creativa, encuentra aquí su máxima representación.

Kasler

Miguel Castillejo, 2. ***Jaén***
Tel. 953 255 393
www.kasler.es

Inspiración internacional para una cocina de alta calidad y toques de inquietud culinaria.

MÁS establecimientos donde disfrutar de una buena cocina

Radis

Tablerón, 10. ***Jaén***
Tel. 660 926 587
www.restauranteradis.es

Una experiencia gastronómica cuidada, distinta y elaborada, que tiene como base la experiencia de la cocina tradicional "de la abuela".

LA CAROLINA

Orellana Perdiz

Autovía A4, Km. 265. ***La Carolina***
Tel. 953 660 600
www.orellanaperdiz.es

Artesanos de la cocina tradicional y de caza. Pioneros en la elaboración de la perdiz en múltiples recetas y, por supuesto, el genuino paté. También destacan sus asados.

Restaurante del Arco

Plaza de las Delicias, 6. ***La Carolina***
Tel. 953 681 672
www.delarcorestaurante.es

Cocina de mercado y temporada. Jugosos revueltos, pescados al horno y patés de perdiz.

LOS VILLARES

LA FUNDICIÓN (Hotel ACG)

Alameda, 19. ***Los Villares***
Tel. 953 320 919
www.hotelacg.com

El hotel que acoge el restaurante, dispone de salones para grandes celebraciones y también para disfrutar de un entorno más íntimo. Ofrece una cocina innovadora.

PEGALAJAR

La Alcuza

Baja Fuente, 79. ***Pegalajar***
Tel. 629 752 046

Un negocio familiar a las puertas de Sierra Mágina que ofrece una cocina de temporada basada en el producto. Mezcla perfecta entre tradición e innovadoras técnicas.

SANTA ELENA

Mesón Despeñaperros

Avenida de Andalucía, 91.
Santa Elena Tel. 953 664 100
www.elmesondespeñaperros.es

La cocina de Sierra Morena, del Norte de Jaén tiene una gran exponente en este restaurante. Caza y carnes rojas guisadas con aoves de toda la provincia.

TORREPEROGIL

Paco Tite

Barrionuevo, 51. ***Torreperogil***
Tel. 639 380 984
www.tabernapacotite.es

Dos palabras definen su cocina: temporada y mercado. Por eso nunca se sabe qué puedes encontrar en su carta. ¡Toda una experiencia culinaria!

Restaurante Bagá

ÚBEDA

Asador de Santiago

Avenida de Cristo Rey, 4. ***Úbeda***
TF. 953 750 463
www.asadordesantiago.com

Ubicado junto al Hospital de Santiago de la ciudad Patrimonio Mundial. Su especialidad son las carnes a la brasa. Cocina de mercado y productos de temporada.

Cibus

Beltrán de la Cueva, 1 (Esquina Plaza Primero de Mayo). ***Úbeda*** TF. 641 148 246

Cocina con nombre propio, elaborada con mimo y entusiasmo. Producto fresco y de calidad. Excelente propuesta de cervezas artesanales.

Parador de Turismo de Úbeda

Plaza Vázquez de Molina 4. ***Úbeda***
TF. 953 750 345
www.paradores.es/es/parador-de-ubeda

Un acogedor restaurante ubicado en un bello palacio del siglo XVI en la ciudad Patrimonio Mundial. Deliciosas recetas heredadas del renacimiento andaluz.

Sacrum. Ermita Madre de Dios

Camino Madre de Dios. ***Úbeda***
TF. 654 585 725
www.cateringdelicias.es

Un elegante complejo hostelero ubicado en unas ruinas recuperadas a las afueras de Úbeda. Dispone de todos los servicios para grandes y pequeñas celebraciones.

Tinta Fina

Gradas, 3. ***Úbeda***
TF. 953 753 150
www.tintafinaubeda.com

Toques creativos y valientes para una carta donde los aceites vírgenes extras maridan hasta con los postres.

VILCHES

Casa Marchena (Hotel)

Plaza de la Habana, s/n. ***Vilches***
TF. 953 630 095
www.hotelcasamarchena.es

Cocina tradicional y gran carta de vinos. Más de cuarenta años de experiencia. Destaca su menú diario.

VILLARGORDO

Asador El Recreo

Plaza de la Constitución, 53. ***Villargordo***
TF. 953 377 072.
www.restauranteasadorelrecreo.es

Platos elaborados tradicionalmente. Horno de leña. Amplio repertorio de aceites Jaén Selección.

Restaurante Vandelvira

RESTAURANTES

Una estrella Michelín

1 Bagá (Jaén)
2 Dama Juana (Jaén)

Bib Gourmand

3 Los Sentidos (Linares)
4 Cantina La Estación (Úbeda)

Recomendado Michelín

5 Taberna Canela en Rama (Linares)
6 Mangas Verdes (Jaén)
7 Casa Antonio (Jaén)
8 Yuma's (Jaén)
9 Almocadén (Alcaudete)
10 Malak (Jaén)
11 Bomborombillos (Jaén)
12 Cantina La Estación (Úbeda)

Dos soles Repsol

13 Bagá (Jaén)

Un Sol Repsol

14 Restaurante Almocadén (Alcaudete)
15 Restaurante Canela en Rama (Linares)
16 Restaurante Casa Antonio (Jaén)
17 Restaurante Dama Juana (Jaén)
18 Restaurante Los Sentidos (Linares)
19 Restaurante Taberna de Miguel (Bailén)

Recomendado Guía Repsol

20 Támesis London (Jaén)
21 Taberna El Pájaro (Baeza)
22 Mesón Asador Leandro (Cazorla)
23 Restaurante Juanito (Baeza)
24 Cantina La Estación (Úbeda)
25 Restaurante Arya (Úbeda)
26 Antique (Úbeda)

VER RESTAURANTES OLEOTOURJAÉN

Y ADEMÁS...

a) Alcalá la Real

Rincón de Pepe

b) Baeza

La Clave

La Pintada (Hotel Puerta de la Luna)

La Barbería

c) Bailén

Mesón Sebastián

Restaurante Aureum

d) Burunchel (La Iruela)

El Curro (Hotel)

e) Cabra del Santo Cristo

Casa Herminia

f) Cazorla

Casa Alfonso X

Lusco

Macorina

Noche de Ronda (Hotel)

Parador de Turismo de Cazorla

g) Hornos de Segura

El Tranco

h) Jaén

Bahía

Casa Córdoba

Casa Herminia

Kasler

Parador de Turismo de Jaén

Radis

Taberna Don Sancho I y II

i) La Carolina

Orellana Perdiz

Restaurante del Arco

j) Los Villares

La Fundición (Hotel ACG)

k) Pegalajar

La Alcuza

l) Santa Elena

Mesón Despeñaperros

m) Torreperogil

Paco Tite

n) Úbeda

Asador de Santiago

Cibus

Parador de Turismo de Úbeda

Sacrum. Ermita Madre de Dios

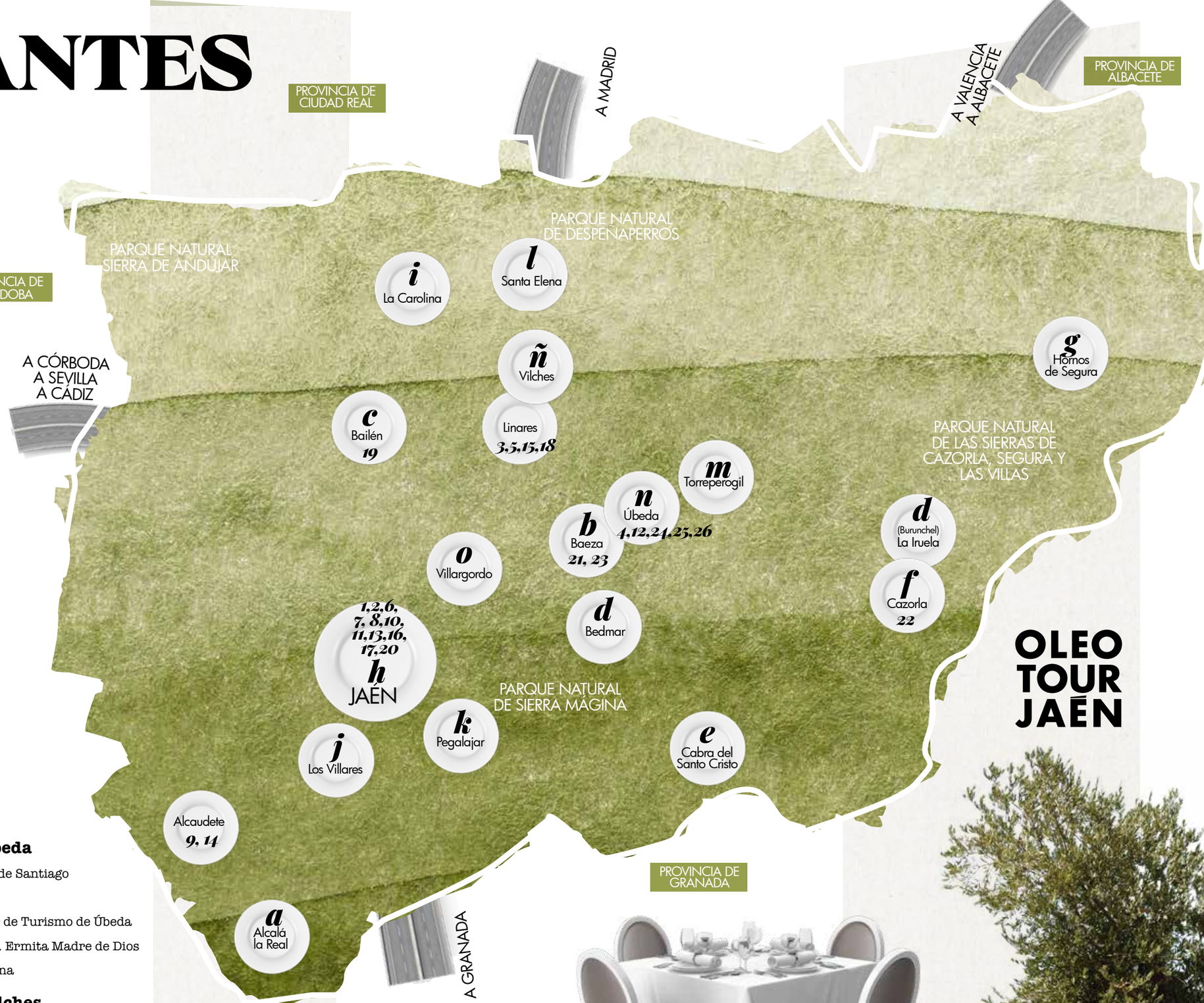
Tinta Fina

ñ) Vilches

Casa Marchena (Hotel)

o) Villargordo

Asador El Recreo



OLEO TOUR JAÉN

Artesanía y cocina en Jaén

LA GASTRONOMÍA JIENENSE CUIDA CADA VEZ MÁS SU PUESTA EN ESCENA, Y POR ESO MUCHOS COCINEROS ESTABLECEN FUERTES LAZOS CON LOS ARTESANOS DE LA PROVINCIA PARA COMPLETAR SUS PROPUESTAS CULINARIAS CON LA BELLEZA DE UN MENAJE A SU ALTURA. HERMOSAS VAJILLAS DE CERÁMICA Y ORIGINALES ENSERES DE MADERA DE OLIVO O ESPARTO COMPARTEN PROTAGONISMO SOBRE EL MANTEL CON LAS ELABORACIONES DE ESAS COCINAS SUBLIMES.

Estos artesanos te ofrecen un universo de sensaciones y experiencias cocinadas a fuego lento, entre recuerdos y tradiciones que además, puedes llevarte a casa.

Dónde comprar Artesanía de Jaén

Edita: Diputación de Jaén
Enero 2023
Depósito legal: J 9-2023

DIPUTACIÓN
DE JAÉN
OLEO TOUR JAÉN
Jaén
www.jaenparaisointerior.es